

Одеський національний університет імені І. І. Мечникова

Факультет психології та соціальної роботи

кафедра психодіагностики та клінічної психології

---

## **К в а л і ф і к а ц і й н а   р о б о т а**

на здобуття ступеня вищої освіти «магістр»

**«Характеристики мотиваційної та емоційної сфери осіб мобілізованих до  
військової служби»**

**«Characteristics of the motivational and emotional sphere of persons  
mobilized for military service»**

Виконала: здобувач заочної форми навчання

спеціальність 053 Психологія

**Гнатова Юлія Олегівна**

Керівник: к.психол.н., професор Кременчуцька М. К.

\_\_\_\_\_ підпис

Рецензент: завідувач кафедри психології та педагогіки  
Одеського державного університету  
внутрішніх справ, канд. псих. н., Бабчук О.Г.

Рекомендовано до захисту:

протокол засідання кафедри

№ \_\_\_\_\_ від \_\_\_\_\_ 20\_\_ р.

Захищено на засіданні ЕК

протокол № \_ від \_\_\_\_\_ 20\_\_ р.

Оцінка \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

(за національною шкалою, шкалою ECTS,  
бали)

Завідувач кафедри

\_\_\_\_\_ Родіна Н. В.  
(підпис) (ППП)

Голова ЕК

\_\_\_\_\_ Кононенко О. І.  
(підпис) (ППП)

Одеса – 2025

## ЗМІСТ

|                                                                                                                                                                  |           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>ВСТУП</b>                                                                                                                                                     | <b>3</b>  |
| <b>РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ забезпечення комплексної оцінки ментального здоров'я та психологічного стану мобілізованих до військової служби.</b> |           |
| 1.1 Мотиваційна сфера особистості                                                                                                                                | 7         |
| 1.2 Емоційна сфера особистості                                                                                                                                   | 11        |
| 1.3 Характеристика мобілізованих до воєнної служби                                                                                                               | 14        |
| Висновок до 1 розділу                                                                                                                                            | 23        |
| <b>РОЗДІЛ 2. МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ СКРИНІНГОВОЇ СИСТЕМИ ОЦІНКИ ПСИХОЛОГІЧНОГО СТАНУ МОБІЛІЗОВАНИХ ДО ВІЙСЬКОВОЇ СЛУЖБИ</b>                                            |           |
| 2.1 Організація та процедура дослідження мотиваційної та емоційної сфери осіб мобілізованих до військової служби                                                 | 25        |
| 2.2 Методи збору та аналізу даних у дослідженні характеристик мотиваційної та емоційної сфери осіб мобілізованих до військової служби                            | 26        |
| 2.3. Аналіз результатів анкетування та опитування осіб мобілізованих до військової служби                                                                        | 35        |
| Висновок до 2 розділу                                                                                                                                            | 43        |
| <b>РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ХАРАКТЕРИСТИК МОТИВАЦІЙНОЇ ТА ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ОСІБ МОБІЛІЗОВАНИХ ДО ВІЙСЬКОВОЇ СЛУЖБИ</b>                                     |           |
| 3.1. Описова статистика показників емоційно-мотиваційної сфери осіб мобілізованих до військової служби                                                           | 45        |
| 3.2. Аналіз різниці в психологічних характеристик мобілізованих до військової служби                                                                             | 53        |
| 3.3. Взаємоз'язок показників мотиваційної та емоційної сфери осіб мобілізованих до військової служби                                                             | 67        |
| 3.4. Потенційні ризики та точки уваги підготовки мобілізованого контингенту                                                                                      | 70        |
| Висновки до 3 розділу                                                                                                                                            | 73        |
| <b>ВИСНОВКИ</b>                                                                                                                                                  | <b>77</b> |
| <b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ</b>                                                                                                                                | <b>81</b> |

## ВСТУП

Російська агресія проти України датується початком бойових дій на сході України та анексією Криму у 2014-му році. Ці події докорінно змінили особливості та виклики роботи з особами що мобілізуються до військової служби. Повномасштабне вторгнення Росії у 2022 році спричинило масову мобілізацію. З початком війни тисячі цивільних осіб, які мали різний вік, різні професії та різний життєвий досвід взяли зброю для захисту своєї країни. Тривала війна призвела до того що люди, які ще недавно вели мирне життя, були мобілізовані захищати свою державу. Мобілізація, на відміну від кадрової військової служби, змушує адаптуватися до реалій війни протягом відносно короткого періоду часу. Специфіка швидкого переходу від цивільного до військового життя, зміна звичних навичок та опанування нових, психологічний тиск відповідальності за захист власної держави— це новий контекст, який вимагає специфічних підходів до підготовки мобілізованого контингенту.

Це принципово інша проблема, оскільки мобілізовані не мають досвіду служби, а терміни опанування військових компетенцій - дуже стислі. За таких умов емоційна складова характеристик мобілізованих осіб набуває критичного значення, оскільки вони повинні швидко адаптуватися до воєнного контексту життя. Військова служба відбувається в умовах підвищеного стресу, вимагає прийняття швидких рішень в умовах життєво-небезпечних ситуацій, долавання природних страхів перед бойовими діями. Мобілізовані опановують навички вживання в польових умовах та повинні володіти специфічною комунікацією в бойових порядках.

В основі ціннісно-мотиваційної складової мобілізованих лежать патріотичні почуття та бажання захистити рідну землю. Але ця сфера потребує підкріплення через усвідомлення важливості ролі захисника України.

Фахівцям, які працюють з мобілізованими особами треба бути дуже уважними до їх психологічного стану. Це потребує дослідження їх емоційної

сфери зокрема тривожних та депресивних симптомів, рівня нервово психічної стійкості. На мотиваційному рівні важливо виявити наскільки людина здатна впоратися із складними та незвичайними ситуаціями, адаптуватися до змін.

Все це обумовлює актуальність вибору теми магістерської роботи «Характеристики мотиваційної та емоційний сфери осіб мобілізованих до військової служби».

**Ціль роботи** – теоретично проаналізувати стан проблеми ментального здоров'я та психологічного стану мобілізованих до військової служби та емпірично дослідити специфіку їх емоційної та мотиваційної сфери.

#### **Задачі роботи:**

1. Здійснити теоретичний огляд літератури з питань забезпечення комплексної оцінки ментального здоров'я та психологічного стану мобілізованих до військової служби.
2. Підібрати взаємодоповнюючий набір психодіагностичних методик для скринінгової системи оцінки психологічного стану мобілізованих до військової служби.
3. Провести скринінг емоційно-мотиваційної сфери мобілізованих до військової служби .
4. Надати рекомендації по роботі з контингентом мобілізованих.

**Об'єкт дослідження** – мотиваційна та емоційна сфера особистості.

**Предмет дослідження** - мотиваційної та емоційної сфери осіб мобілізованих до військової служби

Для досягнення поставленої мети та завдань роботи було використано комплекс **методів**:

- теоретичні методи: аналіз, узагальнення, систематизація ідей з науково-практичної літератури;
- емпіричні методи:
- Анкетування з ціллю визначення соціально-демографічних характеристик та отримання первісних даних по психологічному стану;
- Опитувальник здоров'я пацієнта (PHQ-9);

- Шкала генералізованого тривожного розладу (GAD-7);
- Шкала резильєнтності (CD-RISC-10);
- Оцінка рівня нервово-психічної нестійкості (Методика «Прогноз»);
- Методика Шуберта: діагностика ступеню готовності до ризику.
- математико-статистичні методи: дескриптивний аналіз, дисперсійний аналіз, кореляційний аналіз.

**Організація і база проведення емпіричної роботи:** робота проводилась у штурмовому полку, де здобувач виконує обов'язки заступника командира з психологічної підтримки та позаштатного спеціаліста з поліграфологічних досліджень.

Вибірку склали чоловіки, які були мобілізовані до військової служби у період серпень – грудень 2024 року. Загальна кількість – 101 особа.

Основний вік мобілізованих 28-42 роки.

**Практичне значення роботи** полягає в тому, що запропонований комплекс психодіагностичних методик дозволяє ефективно оцінювати ментальне здоров'я мобілізованих осіб та прогнозувати їх психологічну готовність до військової служби. Отримані результати можуть бути використані для вдосконалення системи психологічного забезпечення Збройних Сил України та розробки цільових програм психологічної підтримки військовослужбовців.

**Апробації та публікації.** Результати дослідження перевірялися, коректувалися й уточнювалися в процесі експериментальної роботи та доповідалися на науково-практичних конференціях:

Кременчуцька М. К., Гнатова Ю. О. Можливості скринінгу ментального здоров'я осіб, мобілізованих до військової служби в умовах війни в Україні. Психологічне благополуччя та ментальне здоров'я в умовах невизначеності : матеріали науково-практичної конференції, м. Одеса, 7 квітня 2025 р. Львів – Торунь : Liha-Pres, 2025. – С. 170-174. DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-496-5-48>.

Кременчуцька М. К., Гнатова Ю.О. Діагностика психологічного стану

осіб мобілізованих до військової служби. Матеріали до 81-ї звітної студентської наукової конференції. Секція «Факультету психології та соціальної роботи». Підсекції «Соціальна робота», «Освітні, педагогічні науки», «Психологія» 22–24 квітня 2025 р. Одеса : 2025. С.111-114.).

**Структура роботи:** кваліфікаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків та списку використаних джерел. Загальний обсяг дипломної роботи становить 88 сторінок. Основний зміст викладено на 80 сторінках. Робота містить 4 рисунка та 15 таблиць. Список використаних джерел нараховує 75 найменувань, з них - 6 джерел іноземними мовами.

## **РОЗДІЛ 1.**

# **ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ КОМПЛЕКСНОЇ ОЦІНКИ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я ТА ПСИХОЛОГІЧНОГО СТАНУ МОБІЛІЗОВАНИХ ДО ВІЙСЬКОВОЇ СЛУЖБИ**

### **1.1 Мотиваційна сфера особистості**

Мотиваційна сфера особистості репрезентує собою складну, динамічно організовану систему спонукань, яка визначає спрямованість, інтенсивність та стійкість людської поведінки у різних життєвих ситуаціях. У психологічному аспекті, мотивація є тим внутрішнім рушієм, що надає сенсу діяльності та забезпечує необхідну психічну енергію для ефективного подолання перешкод. Вивчення мотиваційної сфери набуває особливої значущості в контексті екстремальних умов, до яких, безумовно, належить військова служба. Це стосується періоду активних бойових дій, коли індивід перебуває в ситуації постійної загрози життю, інтенсивного фізичного та психологічного перенапруження, а також зіштовхується з вимушеним розривом зі звичним способом існування.

Внесок українських дослідників у вивчення мотивації військовослужбовців є значним, особливо в контексті подій останніх років. Роботи О.М. Кокуна, присвячені психологічному забезпеченню діяльності в особливих умовах, розкривають специфіку мотиваційних процесів в екстремальних ситуаціях та висвітлюють роль психологічної готовності до виконання професійних завдань у стресогенному середовищі [2, 31 - 35]. Дослідження Т.М. Титаренко у сфері психології життєвого шляху та кризових переживань надають важливу теоретичну рамку для розуміння того, як саме військовослужбовці інтегрують досвід війни у свою біографію та які смислові трансформації при цьому відбуваються [58, 59, 68]. М.М. Козяр та його колеги

розробляють питання військової психології та психологічної підготовки військовослужбовців, аналізуючи фактори, що впливають на бойову мотивацію та психологічну стійкість [13]. О.В. Тімченко вивчає психологічні аспекти поведінки особистості в екстремальних умовах, що має пряме відношення до розуміння динаміки мотивації у бойовій обстановці [42, 60]. В.В. Ягупов досліджує проблеми військової педагогіки та психології, включно з питаннями формування професійної мотивації військовослужбовців [67].

Актуальні дослідження українських психологів, проведені після 2014 року й особливо в період повномасштабної війни, фокусуються на специфіці мотивації добровольців та мобілізованих, аналізі факторів психологічної стійкості, а також розробці програм психологічної підтримки комбатантів.

У структурі мотиваційної сфери особистості виділяють кілька рівнів організації, які утворюють ієрархічну систему. Базовий рівень складають потреби — стани нестачі організму чи особистості в чомусь, необхідному для нормального існування та розвитку. В умовах військової служби під час бойових дій першочергово актуалізуються вітальні потреби у фізичній безпеці, збереженні життя та здоров'я, що створює специфічну мотиваційну ситуацію, відмінну від цивільного населення. Одночасно з цим посилюється значущість **соціальних потреб** у приналежності до групи, визнанні та повазі з боку товаришів. Це пов'язано з особливою роллю феномена бойового братерства та групової згуртованості в умовах спільного переживання небезпеки. На **вищому рівні** розташовуються **духовні потреби** в осмисленості існування, слідуванні цінностям, самоповазі, які набувають особливого значення в ситуації екзистенційного вибору між життям і смертю [43]. Мотиви, як усвідомлені спонукання до діяльності, формуються на основі потреб, але не зводяться до них, будучи складнішими психологічними утвореннями. Мотиви військовослужбовців у контексті військової служби характеризуються значним різноманіттям.

Особлива роль у мотиваційній сфері військовослужбовців відводиться ціннісно-смысловому компоненту, який забезпечує психологічну стійкість у



ситуаціях тривалого стресу та позбавлень. Згідно з концепцією В. Франкла (логотерапія), людина здатна витримати практично будь-які випробування, якщо вона знаходить у них сенс. У контексті військової служби це означає, що мобілізований військовослужбовець потребує осмислення свого перебування на війні через призму значущих для нього цінностей. Для різних осіб сенсом може бути захист Батьківщини та національних інтересів, захист конкретних людей, своєї сім'ї та дому, або ж виконання військового обов'язку та слідування традиціям предків. Критично важливо розуміти, що сенс не може бути нав'язаний ззовні, він має бути віднайдений самою людиною у процесі рефлексії та переосмислення своєї життєвої ситуації. Отже, психологічне супроводження військовослужбовців повинно обов'язково включати роботу, спрямовану на пошук та зміцнення особистісних смислів військової служби [62].

Мотиваційна сфера мобілізованих осіб характеризується низкою специфічних особливостей, що відрізняють їх від контрактників і кадрових військових. Головна особливість полягає в тому, що мобілізація є вимушеним, недобровільним вступом до військової служби. Це створює потенціал для внутрішньоособистісного конфлікту між бажаним і належним, між особистими планами та суспільними вимогами. Цей конфлікт може проявлятися в амбівалентності почуттів, коли визнання необхідності військової служби поєднується з внутрішнім опором та переживанням втрати контролю над власним життям [24].

Психологічна адаптація до статусу військовослужбовця вимагає певного часу та проходження через стадії прийняття нової реальності. На першому етапі зазвичай характерні реакції шоку, заперечення того, що відбувається, гніву та спроби уникнути служби. Згодом може настати період депресивного реагування, пов'язаний з усвідомленням неминучості ситуації та переживанням втрат. Конструктивна адаптація передбачає прийняття ситуації та вироблення нових смислів, що дозволяють ефективно інтегрувати досвід військової служби у цілісну картину життєвого шляху.

Динаміка мотивації військовослужбовців у процесі тривалої служби є важливим аспектом психологічного аналізу. Початковий мотиваційний підйом, який може бути пов'язаний із патріотичними почуттями, прагненням проявити себе чи романтизацією військової служби, поступово змінюється на більш реалістичне сприйняття. Зіткнення з реальністю війни — небезпекою, побутовими труднощами, втратою товаришів, хаосом і невизначеністю — може призводити до мотиваційних криз, коли попередні мотиви втрачають свою спонукальну силу. У ці періоди зростає ризик розвитку станів вигорання, апатії, депресії та посттравматичних стресових розладів. Підтримання мотивації у довгостроковій перспективі вимагає постійної психологічної роботи як з боку самого військовослужбовця, так і з боку системи психологічного забезпечення. Критичне значення має наявність позитивного зворотного зв'язку — відчуття, що служба не є безглуздою, що є конкретні досягнення та результати, і що дії військовослужбовця мають значення для спільної справи [45].

Групова динаміка та соціально-психологічні процеси у військовому колективі справляють потужний вплив на індивідуальну мотивацію кожного військовослужбовця. Феномен бойового товариства, вивчений ще в роботах психологів часів Другої світової війни, показує, що в екстремальних умовах первинна бойова група стає найважливішим джерелом психологічної підтримки та мотивації. Військовослужбовці часто відзначають, що продовжують виконувати свої обов'язки не стільки заради абстрактних ідей, скільки заради товаришів, щоб не підвести їх, не показати себе боягузом в їхніх очах, розділити з ними небезпеку та труднощі. Цей механізм групової мотивації має глибоке еволюційне коріння та пов'язаний із базовою потребою людини в приналежності до групи та страхом соціального відторгнення. Водночас, групова динаміка може чинити й негативний вплив на мотивацію, якщо в колективі формується атмосфера цинізму, недовіри до командування або деморалізації. Психологічний клімат у підрозділі є найважливішим фактором, що визначає загальний рівень мотивації військовослужбовців.

Таким чином, мотиваційна сфера особистості мобілізованих військовослужбовців являє собою складну динамічну систему, що функціонує в екстремальних умовах війни. Ключовим фактором психологічної стійкості виступає ціннісно-смісловий компонент мотивації, який забезпечує можливість витримувати тривалі випробування через осмислення військової служби у контексті значущих особистісних цінностей. Специфіка мотивації мобілізованих полягає у необхідності трансформації зовнішньої, примусової мотивації у внутрішню через пошук особистісного сенсу. Групова динаміка та бойове товариство відіграють критичну роль у підтримці індивідуальної мотивації, часто перевершуючи за силою абстрактні ідеологічні стимули. Підтримання стійкої мотивації у довгостроковій перспективі вимагає комплексного психологічного супроводу, що враховує динаміку мотиваційних криз та індивідуальні особливості військовослужбовців [54].

## **1.2 Емоційна сфера особистості**

Емоційна сфера особистості є складною багаторівневою системою психічних процесів і станів, що забезпечують суб'єктивне ставлення індивіда до навколишньої дійсності, інших людей та до самого себе. У контексті психологічного функціонування осіб, мобілізованих до військової служби в умовах війни, емоційна сфера набуває особливої значущості, оскільки саме вона виступає первинним регулятором поведінки, адаптації та збереження психічної рівноваги в екстремальних умовах бойових дій. Як зазначає С.Д. Максименко, емоції становлять специфічний психічний феномен, який безпосередньо відображає особистісну значущість подій і ситуацій, виступаючи водночас механізмом оцінки та мобілізації психофізіологічних ресурсів організму [39, 40].

Українська психологічна школа здійснила значний внесок у розвиток теорії емоцій. Г.С. Костюк визначав емоції як форму психічного відображення, що виникла в процесі еволюції для забезпечення адаптації організму до

середовища (Костюк, 1989). Учений наголошував, що емоції не лише сигналізують про стан організму, а й мобілізують його для досягнення соціально та біологічно значущих цілей. С.Д. Максименко [40] у дослідженнях генези особистості підкреслював роль емоцій у становленні її структур, розглядаючи їх як первинні регулятори взаємодії людини зі світом. В.А. Роменець (1999) запропонував культурно-історичний підхід до розуміння емоцій, розглядаючи їх як невід'ємний компонент вчинкової активності людини.

Емоційна сфера особистості охоплює низку взаємопов'язаних компонентів:

По-перше, це власні емоції — короточасні психічні реакції на події, що мають суб'єктивну значущість;

По-друге, це почуття — стійкі емоційні ставлення до соціально важливих об'єктів;

По-третє це емоційні стани — тривалі переживання різної інтенсивності, зокрема настрій, афект, стрес, фрустрація;

По-четверте це емоційні властивості особистості — індивідуальні особливості емоційного реагування (емоційна стійкість, чутливість, тривожність, емпатійність).

Л.М. Карамушка та Т.В. Зайчикова (2011) досліджували емоційну сферу в контексті професійної діяльності в умовах стресу та організаційних змін, доводячи, що емоційна стійкість є ключовим чинником професійної ефективності [26, 27]. О.Ф. Бондаренко (2008) розробила теоретичні засади психологічної допомоги особистості в кризових станах, акцентуючи на ролі емоційної регуляції як механізму подолання життєвих труднощів. В умовах війни емоційна сфера мобілізованих осіб зазнає істотних трансформацій [9, 10].

За результатами досліджень О.Л. Туриніної (2016), травматичний досвід бойових дій призводить до змін в емоційному функціонуванні особистості, що проявляється в емоційному заціпенінні, дратівливості та труднощах у

вираженні почуттів [61]. М.М. Козлов і О.В. Тімченко (2018) виявили специфічний симптомокомплекс емоційних реакцій військовослужбовців — страх, тривогу, пригніченість, емоційне виснаження, а іноді — емоційну тупість як захисний механізм [42, 60].

Проблематика психологічних наслідків участі у бойових діях в умовах російсько-української війни отримала широкий розвиток у сучасній українській психології. О.М. Кокун та співавтори (2020) розробили комплексний підхід до психологічного супроводу військовослужбовців, у якому пріоритет надається розвитку емоційної стійкості та навичок саморегуляції. Згідно з результатами їхніх досліджень, емоційна сфера комбатантів характеризується зниженим емоційним тоном і порушеннями емоційної рівноваги, проте цілеспрямована психологічна підтримка істотно підвищує адаптивність емоційного реагування [34, 35].

В.В. Ягупов (2015) досліджував емоційні чинники боєготовності та згуртованості військових підрозділів, встановивши прямий зв'язок між емоційним станом особового складу й ефективністю виконання бойових завдань [67]. О.С. Колесніченко (2019) аналізувала гендерні особливості емоційного реагування у військовослужбовців, засвідчивши, що жінки відзначаються більшою емоційною експресивністю, проте демонструють ефективні стратегії саморегуляції.

І.Г. Тітов та О.В. Царенко (2017) визначили три фази емоційного реагування на бойовий стрес [37]:

- мобілізаційну фазу (активація),
- резистентну фазу (стабілізація)
- фазу виснаження (емоційна деградація чи нестабільність).

Концепція психологічного здоров'я, запропонована Т.М. Титаренко (2021), підкреслює значущість емоційної гнучкості як ресурсу конструктивного переживання травматичного досвіду [59].

Проблему емоційного вигорання військовослужбовців вивчав Н.А. Агаєв (2018), який встановив, що тривале перебування в зоні бойових дій

спричиняє емоційне виснаження, деперсоналізацію та редукцію професійних досягнень [2,3, 33]. В.І. Осьодло (2014) довела взаємозв'язок емоційної та вольової сфер, зазначаючи, що емоційна стійкість є передумовою ефективної саморегуляції поведінки у стресових ситуаціях [37, 48].

Сучасні українські науковці (З.Г. Кісарчук, Я.М. Омельченко, 2022) розробили програми психологічної реабілітації комбатантів, спрямовані на відновлення емоційної рівноваги та розвиток емоційного інтелекту. Ці програми включають техніки усвідомлення, вербалізації емоцій, методи саморегуляції та групову психокорекційну роботу. Формування емоційного інтелекту розглядається як важлива передумова успішної соціально-психологічної адаптації військовослужбовців у післявоєнний період [29].

Отже, сучасні дослідження емоційної сфери мобілізованих осіб в умовах російсько-української війни засвідчують істотні трансформації емоційного функціонування комбатантів — від емоційного заціпеніння та виснаження до порушень емоційної рівноваги, проте цілеспрямована психологічна підтримка, спрямована на розвиток емоційної стійкості, саморегуляції та емоційного інтелекту, забезпечує ефективну адаптацію військовослужбовців і відновлення їхньої психічної рівноваги як у бойових умовах, так і в післявоєнний період.

### **1.3 Характеристика мобілізованих до воєнної служби без досвіду**

Мобілізація під час повномасштабної війни в Україні стала масштабним соціальним явищем, що торкнулося сотень тисяч громадян без попереднього військового досвіду. Цей процес створив унікальну ситуацію, коли особи з різним рівнем мотивації, психологічної готовності та ціннісних орієнтацій опинилися в однаковому контексті військової служби. Розуміння психологічних особливостей різних груп мобілізованих є критично важливим для ефективної роботи командирів, психологів, військових капеланів та системи підготовки загалом.

Ефективність будь-якої діяльності, особливо в умовах сучасної війни, визначається насамперед психологічною та функціональною готовністю людини до її виконання. Перемогу здобуває та сторона, яка не лише фізично краще підготує особовий склад, а й сформує психологічну готовність воїнів до діяльності в бойових умовах. Для мобілізованих громадян без попереднього досвіду служби цей процес є особливо складним, оскільки вони стикаються з принципово іншими викликами порівняно з кадровими військовослужбовцями. Їм необхідно в стислі терміни опанувати комплекс військових компетенцій.

Емоційно-вольова готовність набуває критичного значення, адже мобілізовані особи повинні швидко адаптуватися до умов підвищеного стресу, навчитися приймати рішення в життєво-небезпечних ситуаціях та подолати природний страх перед бойовими діями.

Військово-професійна підготовка має бути максимально інтенсивною та практично орієнтованою, включаючи не лише технічні навички поводження зі зброєю, а й тактичну підготовку, основи виживання в польових умовах та взаємодії в бойових порядках [1].

Мотиваційна готовність мобілізованих часто базується на сильних патріотичних почуттях та бажанні захистити рідну землю, проте потребує додаткового підкріплення через усвідомлення важливості їхньої ролі у спільній справі захисту України.

Мобілізовані військовослужбовці переживають особливо гострий психологічний стрес, пов'язаний з різким зламом звичного способу життя та необхідністю адаптації до військових реалій. Морально-психологічний тиск посилюється тим, що багато з них залишили вдома сім'ї, роботу, звичні обов'язки та змушені швидко переключитися на виконання військових завдань. Жорсткі умови військової служби можуть сприйматися особливо болісно тими, хто раніше не стикався з подібними випробуваннями, що вимагає особливої уваги до процесу їх психологічної адаптації. Постійна загроза для життя і здоров'я накладається на переживання за долю близьких,

що створює подвійне психологічне навантаження та може призводити до розвитку тривожних станів, депресії та інших психологічних розладів [5, 8].

Для мобілізованих військовослужбовців формування стійкої ціннісно-смислової сфери має особливе значення, оскільки вона стає мостом між їхнім попереднім цивільним досвідом та новими військовими обов'язками. Ця сфера включає переосмислення власної життєвої місії, усвідомлення себе як захисника не лише абстрактних державних інтересів, а й конкретних людей - своєї родини, друзів, співгромадян. Ціннісно-смислова сфера допомагає мобілізованим знайти особистий сенс у військовій службі, пов'язавши її з їхніми глибинними переконаннями про справедливість, патріотичний обов'язок та відповідальність перед майбутніми поколіннями. Вона служить психологічним ресурсом, який дозволяє подолати природний спротив організму до участі у військових діях та знайти внутрішні сили для виконання складних завдань [12, 14].

Аналіз практичного досвіду та спостережень дозволяє виділити три основні типологічні групи мобілізованих без військового досвіду, що відрізняються мотивацією, ставленням до служби та психологічними характеристиками. Кожна з цих груп потребує специфічного підходу в процесі адаптації та інтеграції до військового середовища [16,22].

Охарактеризуємо їх по певних параметрах, а саме:

Їх когнітивні характеристики, які свідчать про здатність навчатися у ситуації військової мобілізації;

Їхню емоційно-вольову сферу, що характеризує їх рівень напруженості та стресових станів;

Їхню ціннісно-мотиваційну сферу, що характеризує їх мотиви, переконання та потреби;

Їхні соціально-психологічні особливості та адаптаційний потенціал.

Також розглянемо потенційні ризики мобілізованих без досвіду військової служби для участі у воєнних операціях.



### ***Мотивовані мобілізовані.***

Перша група об'єднує осіб, які, незважаючи на відсутність військового досвіду, демонструють високу внутрішню мотивацію до захисту країни та готовність до навчання і адаптації. Ці люди сприймають мобілізацію не як примус, а як можливість реалізувати свій громадянський обов'язок і внести конкретний вклад у захист Батьківщини.

Мотивовані мобілізовані демонструють високу здатність до навчання та швидкого засвоєння нової інформації. Відсутність військового досвіду вони компенсують активною пізнавальною позицією, допитливістю та прагненням максимально швидко опанувати необхідні навички. Вони схильні до систематизації отриманих знань, задають питання, самостійно шукають додаткову інформацію.

Ця група характеризується здатністю переглядати свої попередні уявлення про військову службу. Вони не намагаються підігнати нову реальність під свої цивільні стереотипи, а навпаки – активно перебудовують своє розуміння відповідно до військових вимог.

Певна емоційна стійкість не є імунною до страху та тривоги. Вони так же, як інші мобілізовані знаходяться у стресових умовах. Ключова відмінність полягає в їхній здатності функціонально переробляти негативні емоції та не дозволяти їм паралізувати діяльність. Вони сприймають страх як природну реакцію, а не як ознаку слабкості чи невідповідності.

Представники цієї групи характеризуються чітко вираженою системою патріотичних цінностей. Їхня мотивація має глибоке особистісне підґрунтя і не обмежується зовнішніми факторами чи соціальним тиском. Вони демонструють розуміння важливості своєї ролі в загальній справі національного опору, що створює потужний мотиваційний ресурс для подолання труднощів.

Ключовою особливістю є усвідомлена готовність до самопожертви та розуміння серйозності ситуації. При цьому їхня мотивація не носить сліпого характеру – вони здатні критично оцінювати реальність, але їхнє рішення

захищати країну залишається незмінним навіть при усвідомленні всіх ризиків.

У колективі ці мобілізовані, як правило, швидко знаходять своє місце. Їхня позиція характеризується готовністю вчитися як у командирів, так і в більш досвідчених побратимів. Навіть якщо на початку служби вони можуть відчувати труднощі з дотриманням військового розпорядку, їхня внутрішня мотивація допомагає систематично працювати над собою. Вони здатні ставити собі проміжні цілі та послідовно їх досягати. Вони демонструють здатність до побудови конструктивних стосунків, готовність до взаємодопомоги та командної роботи. Швидко засвоюють неформальні норми та правила військового колективу.

Дана група має високий адаптивний потенціал в силу поєднання внутрішньої мотивації з психологічною гнучкістю. Вони проходять основні стадії адаптації (первинний шок, період навчання, стабілізація) з мінімальними деструктивними наслідками.

Стресові фактори військового життя сприймаються ними як неминучі складнощі, що підлягають подоланню, а не як неприйнятні умови. Це дозволяє їм зберігати працездатність навіть в умовах значного психологічного навантаження.

### ***Примусово мобілізовані***

**Для них характерно амбівалентне ставлення до ситуації.** З одного боку, вони є патріотами України та підтримують її в конфлікті, але при цьому прийшли на службу виключно через механізм мобілізації, а не з власної ініціативи. Це створює складну психологічну ситуацію внутрішнього конфлікту між ціннісними переконаннями та особистісними життєвими планами чи обставинами. Вони не бажають особисто воювати, що впливає на всі аспекти їхньої служби

Представники цієї групи часто демонструють селективне навчання. Вони можуть ефективно засвоювати інформацію, яку сприймають як критично важливу для виживання, але при цьому пасивно ставитися до інших аспектів військової підготовки. Вони навчаються за прагматичними міркуваннями

безпеки, ніж внутрішнім інтересом чи почуттям обов'язку.

Часто присутня тенденція до раціоналізації власного небажання повноцінно включатися у військову діяльність. Вони можуть знаходити логічні пояснення неефективності певних дій, критикувати систему підготовки або командування, використовуючи це як виправдання власної низької активності.

Такі особи характеризуються високим рівнем тривожності, що має специфічну природу. Якщо у першій групі тривога пов'язана переважно з бойовими діями, то тут вона накладається на фрустрацію від вимушеності ситуації, переживання про залишених близьких, втрачені можливості.

Часто присутні ознаки депресивного реагування: пригніченість, відчуття безпорадності, втрата перспективи. Військова служба сприймається як період, який треба "пережити", а не як значуща життєва активність. Це призводить до емоційного відсторонення та захисної апатії.

Стресостійкість знижена через накладання військових стресорів на фрустрацію від вимушеності ситуації. Ризик дезадаптації та психологічних розладів вищий.

Амбівалентність мотивації таких мобілізованих створює в них постійну внутрішню напругу. Вони можуть відчувати провину за небажання воювати (адже розуміють необхідність захисту країни) і водночас обурення на ситуацію, що позбавила їх вибору. Така суперечлива мотиваційна структура суттєво впливає на всі аспекти їхньої військової служби. Через відсутність внутрішнього стрижня мотивації самодисципліна розвинена слабо і виконання обов'язків часто має характер зовнішнього підкорення, а не внутрішньої самоорганізації. Військова служба сприймається як вимушена перерва в реальному житті, що також не сприяє мотивації.

У колективі представники цієї групи можуть займати різні позиції. Частина з них тримається осторонь, намагаючись мінімізувати емоційне залучення в колективне життя підрозділу. Вони можуть формувати окремі підгрупи з такими ж "вимушеними" мобілізованими, де культивується

критичне ставлення до армії та очікування демобілізації.

Інші намагаються інтегруватися, але їхня участь у колективному житті залишається поверхневою. Вони можуть виконувати необхідні соціальні ролі, але без глибокого емоційного включення. Справжнє відчуття бойового братерства формується складніше, оскільки воно вимагає глибшого особистісного залучення. Часто присутня тенденція до скарг, обговорення негативних аспектів служби, фокусування на недоліках системи. Це може створювати токсичну атмосферу в підрозділі, особливо якщо таких мобілізованих багато.

Адаптація примусово мобілізованих проходить складніше та довше порівняно з першою групою. Стадія первинного шоку може бути глибшою та тривалішою. Період навчання характеризується пасивним опором – формальним виконанням вимог без внутрішнього прийняття.

Повноцінна стабілізація вимагає значно більшого часу та додаткових підтримуючих факторів (успішний досвід, позитивна атмосфера в колективі, розуміючий командир).

### ***Мобілізовані з проросійськими настроями***

Третя група є найбільш проблемною з точки зору безпеки та боєздатності. Це особи, які не підтримують Україну в конфлікті, мають проросійські погляди, але приховують свої справжні переконання. Їхня присутність у військових підрозділах створює суттєві ризики для безпеки, морального духу та ефективності бойових дій.

Представники цієї групи селективно сприймають інформацію та часто спотворюють її. Вони схильні інтерпретувати події через призму своїх проросійських переконань, що може призводити до викривленого сприйняття ситуації на фронті, мотивів дій командування, цілей війни загалом.

Часто присутня підвищена критичність до української армії, держави, командування, що контрастує з некритичним ставленням до російської сторони. Вони можуть активно шукати та інтерпретувати інформацію, що підтверджує їхні погляди, ігноруючи суперечливі факти.

Важливою особливістю є розвинена здатність до маскуванню та контролю вербального висловлювання. Вони навчилися приховувати свої справжні думки, демонструвати зовнішню лояльність, що робить їх ідентифікацію складною.

Емоційний стан характеризується постійною напругою через необхідність приховування справжніх переконань. Це може призводити до хронічного стресу, але специфічної природи – не від страху бою, а від необхідності постійної обережності у висловлюваннях та діях.

Стресостійкість може бути парадоксально різною: з одного боку, постійне приховування створює хронічний стрес, з іншого – відсутність справжньої емоційної залученості може захищати від деяких військових стресорів.

Можлива присутність прихованої ворожості або роздратування щодо українських військових, командирів, символіки. Ці емоції змушені придушуватися, що створює додаткове напруження.

Вольова сфера може бути парадоксально розвиненою у напрямку самоконтролю та дисципліни маскуванню, але при цьому повністю відсутня воля до виконання бойових завдань із внутрішнього спонукання.

Фундаментальна характеристика цієї групи – розрив між зовнішньою поведінкою та внутрішніми переконаннями. Їхня ціннісна система не включає українську національну ідентичність як значущу, або навіть містить її заперечення. Натомість присутня орієнтація на російські культурні, історичні чи ідеологічні наративи.

Мотивація до служби повністю відсутня або негативна. Вони не просто не хочуть воювати (як друга група), а внутрішньо не вважають цю війну справедливою чи необхідною. При цьому вони змушені приховувати свої погляди, що створює постійну необхідність контролю та маскуванню.

Можлива мотивація у них може бути пов'язана виключно з уникненням покарання за ухилення від мобілізації, страхом перед репресіями, або навіть з певними "завданнями" (у випадку агентурної діяльності, що є крайнім

варіантом).

У колективі ці особи можуть демонструвати різні моделі поведінки. Частина намагається триматися максимально непомітно, уникаючи як активного включення, так і відкритого конфлікту. Вони займають позицію "сірої миші", що дозволяє їм залишатися під радаром уваги.

Інші можуть навпаки демонструвати зовнішню активність та лояльність, навіть більшу, ніж необхідно, створюючи "ширму" для приховування справжніх настроїв. Така надмірна демонстрація патріотизму має захисний характер.

Можуть формувати неформальні зв'язки з іншими носіями схожих поглядів, але роблять це максимально обережно. Такі зв'язки можуть використовуватися для взаємної підтримки, обміну забороненою інформацією або координації дій.

Їхня присутність токсично впливає на моральний дух підрозділу, навіть якщо це не завжди очевидно. Вони можуть підсилювати негативні настрої, поширювати чутки, створювати атмосферу недовіри.

Говорити про справжню адаптацію в цьому випадку некоректно, оскільки адаптація передбачає внутрішнє прийняття нової ситуації. Натомість відбувається зовнішнє пристосування при збереженні внутрішнього відторгнення.

Вони можуть формально виконувати вимоги, проходити навчання, але все це залишається поверхневим та вимушеним. Справжньої інтеграції у військовий колектив та прийняття військових цінностей не відбувається.

У критичних бойових ситуаціях можлива втрата контролю над поведінкою, що може проявитися у відмові від виконання наказів, втечі, здачі в полон або навіть у діях на користь противника.

Таким чином, аналіз трьох типологічних груп мобілізованих без військового досвіду демонструє складність та неоднорідність цієї категорії військовослужбовців. Кожна група потребує специфічних підходів у роботі з нею: для першої групи важливо підтримувати та розвивати їхній потенціал, не

допускаючи вигорання, надаючи можливості для професійного зростання та визнаючи їхній внесок; для другої групи критично необхідна психологічна підтримка, робота над пошуком сенсу служби, створення умов для поступової зміни ставлення через позитивний досвід та залучення до колективу; для третьої групи потрібні насамперед заходи безпеки, виявлення та нейтралізація потенційних загроз, можливо – виведення з бойових підрозділів на некритичні напрямки за умови неможливості демобілізації.

Розуміння психологічних особливостей кожної групи дозволяє більш ефективно будувати систему підготовки, адаптації та психологічної підтримки мобілізованих, що в кінцевому підсумку впливає на боєздатність підрозділів та ефективність оборони країни.

## **Висновок до 1 розділу**

1. Мотиваційна сфера особистості мобілізованих військовослужбовців являє собою складну динамічну систему, що функціонує в екстремальних умовах війни. Ключовим фактором психологічної стійкості виступає ціннісно-смісловий компонент мотивації, який забезпечує можливість витримувати тривалі випробування через осмислення військової служби у контексті значущих особистісних цінностей. Специфіка мотивації мобілізованих полягає у необхідності трансформації зовнішньої, примусової мотивації у внутрішню через пошук особистісного сенсу. Групова динаміка та бойове товариство відіграють критичну роль у підтримці індивідуальної мотивації, часто перевершуючи за силою абстрактні ідеологічні стимули. Підтримання стійкої мотивації у довгостроковій перспективі вимагає комплексного психологічного супроводу, що враховує динаміку мотиваційних криз та індивідуальні особливості військовослужбовців.

2. Емоційна сфера особистості є складною багаторівневою системою, що виконує функції первинного регулятора поведінки та адаптації, особливо в екстремальних умовах військової служби. Сучасні дослідження емоційної

сфери мобілізованих осіб в умовах російсько-української війни засвідчують істотні трансформації емоційного функціонування комбатантів — від емоційного заціпеніння та виснаження до порушень емоційної рівноваги, проте цілеспрямована психологічна підтримка, спрямована на розвиток емоційної стійкості, саморегуляції та емоційного інтелекту, забезпечує ефективну адаптацію військовослужбовців і відновлення їхньої психічної рівноваги як у бойових умовах, так і в післявоєнний період.

3. Аналіз трьох типологічних груп мобілізованих без військового досвіду демонструє складність та неоднорідність цієї категорії військовослужбовців. Кожна група потребує специфічних підходів у роботі з нею: для першої групи важливо підтримувати та розвивати їхній потенціал, не допускаючи вигорання, надаючи можливості для професійного зростання та визнаючи їхній внесок; для другої групи критично необхідна психологічна підтримка, робота над пошуком сенсу служби, створення умов для поступової зміни ставлення через позитивний досвід та залучення до колективу; для третьої групи потрібні насамперед заходи безпеки, виявлення та нейтралізація потенційних загроз, можливо — виведення з бойових підрозділів на некритичні напрямки за умови неможливості демобілізації.

Розуміння психологічних особливостей кожної групи дозволяє більш ефективно будувати систему підготовки, адаптації та психологічної підтримки мобілізованих, що в кінцевому підсумку впливає на боєздатність підрозділів та ефективність оборони країни.



## **РОЗДІЛ 2.**

### **МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ СКРИНІНГОВОЇ СИСТЕМИ ОЦІНКИ ПСИХОЛОГІЧНОГО СТАНУ МОБІЛІЗОВАНИХ ДО ВІЙСЬКОВОЇ СЛУЖБИ**

#### **2.1 Організація та процедура дослідження мотиваційної та емоційної сфери осіб мобілізованих до військової служби**

Мета емпіричної частини роботи – емпірично дослідити специфіку емоційної та мотиваційної сфери мобілізованих до військової служби та апробувати скринінгової системи оцінки їх психологічного стану.

Процедура складалася з декількох етапів.

Спочатку, потім був проведений теоретичний огляд літератури та аналіз здобутків інших дослідників з питань забезпечення комплексної оцінки ментального здоров'я та психологічного стану мобілізованих до військової служби.

На 2-му етапі було розроблено план дослідження емпіричної часті дослідження та підібрано взаємодоповнюючий набір психодіагностичних методик для скринінгової системи оцінки психологічного стану мобілізованих до військової служби.

На 3-му діагностичному етапі проводились анкетування, опитування та тестування осіб мобілізованих до військової служби .

Діагностичний етап дослідження мав певну послідовність:

З кожним респондентом проводилась співбесіда;

Потім заповнювалась анкета дослідження для визначення соціально-демографічних характеристик та отримання первісних даних по психологічному стану;

Для Скринінгу та оцінці тяжкості депресивних симптомів застосовувався Опитувальник здоров'я пацієнта (PHQ-9);

Для Скринінгу та вимірювання тяжкості генералізованої тривоги

застосовувалась Шкала генералізованого тривожного розладу (GAD-7);

Для вимірювання психологічної стійкості та здатності до адаптації застосовувалась Шкала резильєнтності (CD-RISC-10);

Для прогнозування ймовірності нервово-психічних зривів та дезадаптації застосовувалась Методика «Прогноз»;

Для оцінки індивідуальної схильності до ризикованої поведінки застосовувалась методика готовності до ризику Шуберта.

На останньому етапі обговорювались отримані результати, робились відповідні висновки та формувались рекомендації по роботі з контингентом мобілізованих.

Робота проводилась у штурмовому полку, де здобувач виконує обов'язки заступника командира з психологічної підтримки та позаштатного спеціаліста з поліграфологічних досліджень.

Вибірку склали чоловіки, які були мобілізовані до військової служби у період серпень – грудень 2024 року. Загальна кількість – 101 особа. Основний вік мобілізованих 28-42 роки (20-35 – 52,5% осіб, 36 – 52 – 47,5% осіб).

## **2.2 Методи збору та аналізу даних у дослідженні характеристик мотиваційної та емоційної сфери осіб мобілізованих до військової служби.**

Для досягнення мети та вирішення завдань дослідження, спрямованих на вивчення особливостей мотиваційної та емоційної сфери осіб, мобілізованих до військової служби, було підібрано комплекс валідних та надійних психодіагностичних методів. Вибір інструментарію ґрунтувався на необхідності отримання всебічної та об'єктивної інформації про досліджувані характеристики. Цей підрозділ описує використані методики збору емпіричних даних, а також методи математико-статистичного аналізу, застосовані для обробки та інтерпретації отриманих результатів.

### ***Анкетування***

Соціо-демографічна анкета мала 6 питань:, сімейний стан, родина, діти,

місце народження, фактичне місце проживання.

Вік – для визначення вікових особливостей та життєвого етапу респондента. Дозволяє встановити вікову категорію військовослужбовця для аналізу специфіки адаптації, психологічної стійкості з огляду потреб різних вікових груп. Вік є важливим для розуміння життєвого контексту мобілізованого та планування відповідної психологічної підтримки, оскільки впливає на фізичні можливості та психологічні ресурси..

Сімейний стан – дозволяє оцінити наявність партнерських стосунків та соціальний статус особи. Інформація про сімейний стан допомагає зрозуміти рівень соціальної підтримки, емоційної стабільності та додаткових стресових факторів. Наявність або відсутність партнера впливає на мотивацію, психологічний стан та адаптаційні можливості військовослужбовця.

Склад родини – показник для визначення складу сім'ї та наявності близьких родичів (батьки, брати, сестри, інші члени сім'ї). Дозволяє оцінити ширшу систему підтримки, сімейні зобов'язання та потенційні джерела стресу чи ресурсів. Розуміння сімейної конфігурації важливе для планування психологічної роботи та врахування сімейних факторів впливу на психологічний стан мобілізованого.

Наявність дітей - для розуміння рівня відповідальності, додаткових стресових факторів (турбота про безпеку та майбутнє дітей), а також мотиваційні чинники для виживання та повернення. Батьківський статус значно впливає на емоційний стан, тривожність та потребу в психологічній підтримці сім'ї.

Місце народження – для визначення регіональної ідентичності та культурного контексту, можливого досвіду життя у різних умовах. Особливо важливо для осіб з тимчасово окупованих чи деокупованих територій, оскільки це може впливати на мотивацію, травматичний досвід та ставлення до служби.

Фактичне місце проживання – для оцінки поточної життєвої ситуації та територіальних зв'язків. Виявляє актуальне місце проживання до мобілізації

або на момент опитування (область, населений пункт, статус території). Дозволяє зрозуміти, чи є особа внутрішньо переміщеною, чи проживає на деокупованій території, чи має родину в зоні бойових дій. Ця інформація критично важлива для оцінки додаткових стресових факторів.

### ***Опитування***

З кожним мобілізованим проводилась опитування щодо встановлення щирої поведінки респондента, виявлення його реальних мотивів вступу до лав Збройних Сил на поточному етапі, а також реєстрація поведінкових реакцій у стані спокою для подальшої ідентифікації захисних механізмів та детекції неправдивої інформації (брехні).

Опитування передбачало послідовне застосування певних питань та глибоке невербальне спостереження.

Для визначення мотивації та мети поточної служби з'ясовувалось, чому суб'єкт приєднався до армії саме *зараз*, яка його мотивація та кінцева мета. При цьому проводиться спостереження за щирістю поведінки у ситуації, коли суб'єкту нічого не загрожує (стан спокою). Це дозволяє встановити базову лінію поведінки, необхідну для подальшого виявлення захисних реакцій у незручні моменти.

Після первинних протокольних питань застосовується наступна послідовність:

**1.** *Обговорення початку військових дій в Україні (коли почалася війна в Україні, що спричинило початок російської агресії).*

На цьому етапі, як правило, суб'єкт приймає рішення щодо надання правдивої інформації або соціально бажаної відповіді. Тому застосовується активне слухання, інколи застосовується стимулювання для запобігання «закриванню» суб'єкта.

Діапазон отриманих відповідей, які дають спектр мотиваційної спрямованості:

Відповіді осіб, які мали попередній досвід служби (у 2014, 2015, 2016 роках) та були звільнені з різних причин;

Відповіді осіб, які вважали, що війна стосується когось іншого;

Відповіді тих, хто чекав на офіційну повістку (вважали, що проситися на війну не можна);

Відповіді осіб, які зверталися до військкомату у 2022 році, але не були прийняті одразу;

Відповіді осіб, які відверто визнають сильний страх та неготовність помирати;

Відповіді осіб, хто посиляється на заборону з боку дружини або матері.

**2.** З'ясування мотивації вступу на службу до Збройних сил України *та приналежності до роду військ.*

Очікувана та соціально бажана відповідь більшості на питання «Чому Ви тут?» - «щоб захищати Україну».

Прояснення затримки зі вступом на службу ("Чому тоді ви тільки зараз тут?"), дозволяє виявити справжні причини нерішучості або відмови від участі у бойових діях, які можуть включати сильний страх, очікування повістки, фінансові обставини, заборону з боку родини, або усвідомлення неминучості призову.

Можливі диференційовані варіанти причин мобілізації у Збройні сили України:

Мотив примусової мобілізації визначається питанням: "Вас мобілізували в зв'язку із введенням правового режиму військового стану". Патріотичний (ідеологічний) мотив мобілізації визначається питанням: "Ви бажаєте захищати Україну". Ініціативна складова ідеологічного мотиву визначається питанням: "Ви прийняли особисте рішення вступити до лав саме «.....»". Прагматична складова ідеологічного мотиву визначається питанням: "Вам було необхідно отримати постійне джерело фінансових надходжень". Небезпекову (псевдопатріотичну) мотивацію визначає питання: "Ви виконуєте завдання сторонніх осіб".

Аналіз відповідей дозволяє оцінити диференціацію між патріотичною мотивацією, фінансовою необхідністю, примусовою мотивацією та фактором

ризик.

### 3. *З'ясування питання безпеки та приналежності до роду військ.*

Безпековий скринінг визначає фактори попередньої лояльності, наявність бойового досвіду (факт проходження служби у силових, правоохоронних структурах або добровольчих батальйонах України, а також участь в АТО/ООС) та ідентифікує ризик компрометації (полону). перевіряє. Критично важливим є відповіді на питання перебування в полоні рф/т.з.ЛНР/ДНР, оскільки це є фактором високого ризику компрометації.

На протокольне запитання, чому саме Ви вступаєте сюди, як правило, дається уніфікована відповідь: вибір обумовлений вищою безпечністю, ефективністю та характеристиками цього роду військ.

### 4. *Оцінка поведінкових реакцій та психопатологічних ризиків*

Дані питання застосовується з метою встановлення базової лінії поведінки суб'єкта у стані спокою, психопатологічних ризиків.

#### 4 а. *визначення психофізіологічного стану респондента.*

Респондента пропонується оцінити свій стан: "Я почуваю себе добре" - встановлення психологічного та фізичного комфорту на момент дослідження (необхідно для фіксації базової лінії поведінки).

Далі проводиться скринінг на наявність факторів, що впливають на центральну нервову систему (ЦНС): чи вживав суб'єкт сьогодні препарати (лікарські засоби, заспокійливі, знеболюючі), чи вживав напередодні алкогольні напої, а також наркомісткі речовини (препарати) - ідентифікація зовнішніх факторів, які можуть впливати на центральну нервову систему (ЦНС), когнітивні функції або вегетативні реакції,.

Важливим фактором є оцінка фізичної втоми, що здійснюється через питання: чи напередодні вночі спав(ла) менше 5 годин. Позитивні відповіді на ці пункти можуть пояснити нетипові фізіологічні реакції під час подальшої діагностики.

#### 4 б. *виявлення психологічної нестабільності*

Респондента запитують, чи були у нього думки про самогубство (суїцид)

або спроба суїциду. Виявлення гострої або хронічної суїцидальної схильності. Критично важливо для оцінки придатності до несення служби та психологічної стабільності

Для оцінки спадкових та середовищних факторів ризику, що можуть впливати на психологічну стійкість респондента проводиться скринінг родинного анамнезу, зокрема на наявність випадків психічних захворювань, спроби суїцида або завершеного суїциду, а також перебування на обліку у психіатра (нарколога) в родині.

#### *Психодіагностичні методики*

**PHQ-9 (Анкета пацієнта про стан здоров'я) – Оцінка депресії PHQ-9 [47].**

Спрямованість: Скринінг та оцінка тяжкості депресивних симптомів.

Шкала самооцінки депресії є ефективною для діагностики великого депресивного розладу (ВДР), а також для вибору методу/засобу лікування та моніторингу результатів.

Методика діагностує наявність та вираженість депресивного розладу за останні два тижні. Оцінює 9 основних симптомів депресії згідно з критеріями DSM-IV: зниження настрою, втрата інтересу, порушення сну та апетиту, втомлюваність, почуття провини, труднощі концентрації, психомоторні порушення, суїцидальні думки.

Крім того, методика включає додаткове питання щодо того, наскільки наявні проблеми ускладнили виконання службових обов'язків, домашніх справ або спілкування.

Обробка полягає у підсумовуванні загального балу за дев'ятьма пунктами. Максимально можливий бал – 27. Бал >10 є інформативним щодо наявності ВДР з чутливістю та специфічністю 83%.

Критерії оцінки тяжкості депресії дозволяють визначити рівень депресії від мінімального до важкого.

**GAD-7 (Генералізований тривожний розлад 7) – Оцінка тривожності [46].**

Спрямованість: Скринінг та вимірювання тяжкості генералізованої тривоги.

GAD-7 (General Anxiety Disorder 7) – це коротке опитування, призначене для оцінювання симптомів тривожності у людини.

Методика спрямована на виявлення симптомів тривожного розладу за останні два тижні. Оцінює частоту основних проявів тривоги: занепокоєння, неможливість контролювати хвилювання, надмірне турбування, труднощі з розслабленням, неспокій, дратівливість, страх. Використовується для первинної діагностики та моніторингу динаміки тривожних станів.

Загальна оцінка GAD-7 коливається від 0 до 21 балу. Результати оцінюються за рівнями від відсутності симптомів генералізованої тривожності до клінічно значимих симптомів генералізованої тривожності.

#### **CD-RISC-10 (Шкали Резильєнтності) [28].**

Спрямованість: Вимірювання психологічної стійкості та здатності до адаптації.

Методика діагностує рівень резильєнтності (життєстійкості) особистості – здатність успішно адаптуватися до стресових ситуацій, травм та несприятливих обставин. Оцінює такі компоненти як наполегливість, емоційний контроль, адаптивність до змін, впевненість у собі, здатність справлятися з викликами. Визначає ресурси особистості для подолання труднощів.

Обробка здійснюється шляхом підсумовування набраних балів.

#### **Методика "ПРОГНОЗ" – Виявлення нервово-психічної нестійкості [2].**

Спрямованість: Прогнозування ймовірності нервово-психічних зрывів та дезадаптації.

Методика спрямована на виявлення схильності до нервово-психічної нестійкості в екстремальних умовах та стресових ситуаціях. Дозволяє оцінити ймовірність розвитку порушень особистості та їх проявів у поведінці й діяльності. Діагностує рівень нейротизму, емоційної стабільності, адаптаційні



можливості особистості. Дозволяє спрогнозувати ризик дезадаптації, емоційних зривів та психосоматичних порушень під впливом стресових факторів. Часто використовується у професійному доборі і може бути використана для виявлення нервово-психічної нестійкості серед призовників, військовослужбовців і кандидатів у військово-навчальні заклади.

Опитувальник містить 84 запитання.

В анкетуванні одночасно може брати участь 25–30 осіб. Обстеження займає до 20 хвилин.

Опитувальник містить чотири шкали, сформовані на підставі факторного аналізу:

1. Шкала щирості (відвертості/неправди) Характеризує ставлення до соціального оточення та рівень самокритичності. Низький бал: прагнення до довірливо-відвертої взаємодії з оточуючими при високому рівні самокритичності. Високий бал (10+): свідчить про нещирість, не рекомендується використовувати дані в аналізі, необхідна додаткова бесіда.

2. Шкала нервово-психічної стійкості (НПС). Відображає стійкість до стресів, вміння адаптуватися, рівень саморегуляції. Низький бал: надійний захист від дії стрес-факторів, впевненість у собі, оптимістичність. Високий бал: можлива наявність депресивного синдрому, психопатизації, передумови для імпульсивної або агресивної поведінки.

3. Шкала схильності до суїциду. Дозволяє припускати наявність ознак депресивного синдрому, тенденцію до самознищення. Високий бал: викликає необхідність додаткової співбесіди з обстежуваним для визначення психологічної проблеми.

4. Шкала схильності до містичного зриву. Відображає нестійкість емоційного стану. Високий бал: припускає часті коливання настрою, підвищену збудливість, дратівливість, недостатню саморегуляцію, а також надчутливість і недовірливість.

Результати виражаються кількісним показником (у балах), на основі якого робиться висновок про рівень нервово-психічної стійкості.

### **Опитувальник RSK (по Шуберту) – Готовність до ризику [55].**

Спрямованість: Оцінка індивідуальної схильності до ризикованої поведінки.

Методика діагностує рівень готовності особистості йти на ризик у різних сферах життя. Оцінює такі параметри як схильність до авантюри, прийняття рішень в умовах невизначеності, переважання імпульсивності або обережності, толерантність до небезпеки. Визначає індивідуальний стиль поведінки у ситуаціях ризику – від високої обережності до вираженої схильності ризикувати.

Опитувальник містить 25 питань. Підраховується загальна сума набраних балів. Загальна оцінка тесту дається за безперервною шкалою, як відхилення від середнього значення, в діапазоні від Занадто обережні - Схильні до ризику.

6. Для аналізу даних та їх узагальнення використовувалася описова, дисперсійна статистика та кореляційний аналіз.

Описова статистика – використовувалася для первинної обробки та узагальнення даних, що дозволило отримати загальне уявлення про досліджувану сукупність досліджуваних через числові характеристики. Вона включала обчислення показників центральної тенденції (середнє арифметичне, медіана, мода), показників варіації (дисперсія, стандартне відхилення, розмах). Описова статистика дала змогу оцінити ступінь розкиданості даних та перевірити їх на наявність аномалій чи викидів, що є необхідним етапом перед застосуванням складніших статистичних процедур.

Для перевірки гіпотез про рівність середніх значень у двох групах або про значущість відмінності вибіркового середнього від теоретичного (генерального) значення використовувався критерій Стюдента (t-критерій) – параметричний статистичний метод. При застосуванні критерію Стюдента використовуються основні принципи дисперсійного аналізу: оцінюється міжгрупова варіація (різниця між середніми двох груп) відносно внутрішньогрупової варіації (розкиданість значень всередині кожної групи).

Кореляційний аналіз – дозволив дослідити взаємозв'язки між двома або більше змінними, який дозволяє визначити наявність, напрямок та силу статистичної залежності між ними. Основним інструментом є коефіцієнт кореляції (найчастіше Пірсона для кількісних даних або Спірмена для рангових), який приймає значення від -1 до +1, де знак вказує на напрямок зв'язку, а абсолютна величина – на його силу. Кореляційний аналіз не встановлює причинно-наслідкових відносин, але допомагає виявити змінні, які змінюються узгоджено.

### **2.3. Аналіз результатів анкетування та опитування осіб мобілізованих до військової служби**

За результатами анкетування та опитування було складено пошарову картину характеристик осіб, що прийняли участь у дослідженні. Нижче наведено розгорнутий аналіз показників, з фокусом на частотний розподіл.

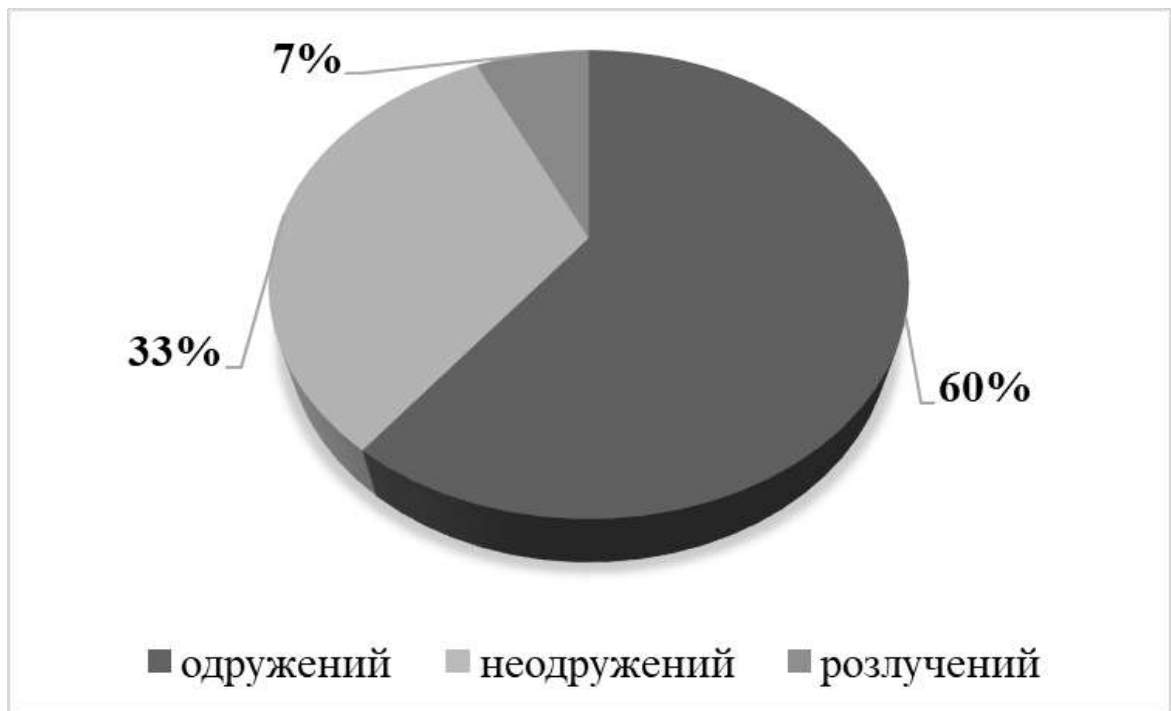
Загальна кількість респондентів, виходячи з трьох демографічних показників (сімейний стан, батьківська родина, наявність дітей), становить 101 особу, тоді як для географічного показника (місце проживання) зафіксовано 100 осіб.

**Таблиця 2.1.**

#### **Соціо-демографічні показники досліджуваної групи**

| <b>Показники</b>   |             | <b>Кількість осіб</b> |
|--------------------|-------------|-----------------------|
| сімейний стан      | одружений   | 61                    |
|                    | неодружений | 33                    |
|                    | розлучений  | 7                     |
| батьківська родина | повна       | 67                    |
|                    | неповна     | 34                    |
| наявність дітей    | є           | 57                    |
|                    | немає       | 44                    |

За сімейним станом серед досліджуваних одружених – 61 особа; неодружених – 33 особи та розлучених – 7 осіб.



**Рис. 2.1. Сімейний стан респондентів.**

Категорія "одружений" складає приблизно 60, 4% від загальної вибірки, що свідчить про високу репрезентативність осіб із досвідом довготривалих офіційних партнерських стосунків.

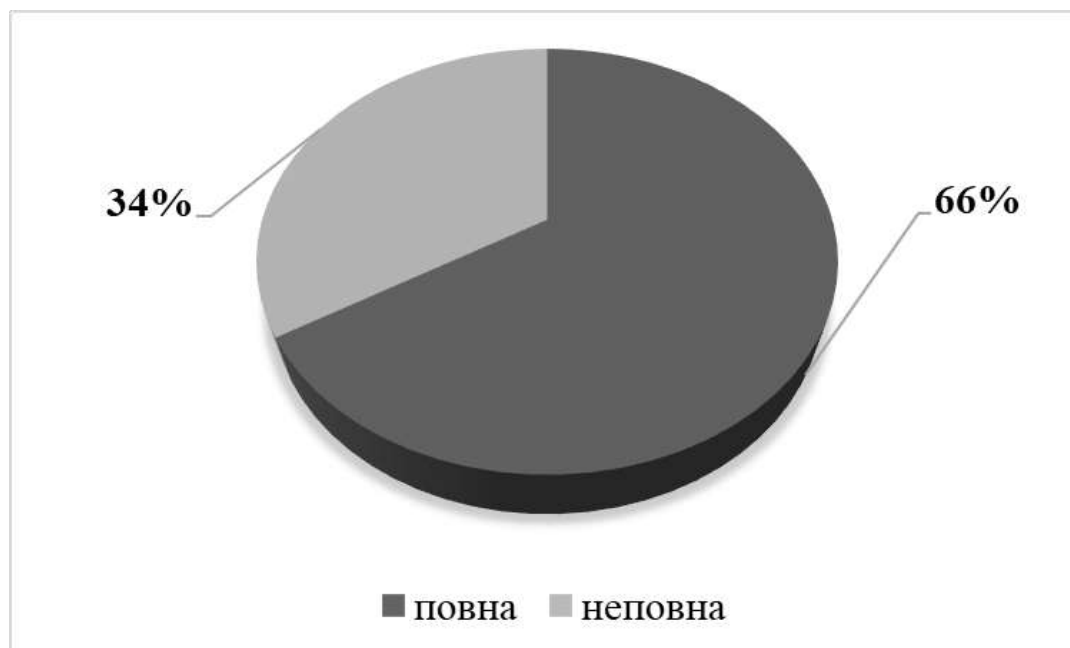
Категорія "неодружений" є другою за чисельністю, охоплюючи близько 32,7% респондентів, що відображає наявність значної частки осіб, які не мають досвіду шлюбного життя.

Статистично найменш значущою є категорія "розлучений" (приблизно 6,9%), що може вказувати на відносно низьку частку осіб, які завершили шлюбні відносини, або на їхню недостатню представленість у даній вибірці.

**Домінування статусу "одружений"** може бути ключовим фактором при аналізі соціальних норм та цінностей цієї групи.

За структурою батьківської родини повна родина була (є) у 67 осіб, неповна – у 34 осіб. Даний показник фіксує, що дві третини респондентів (приблизно 66,3%) виховувалися у повних сім'ях. Цей факт може впливати на

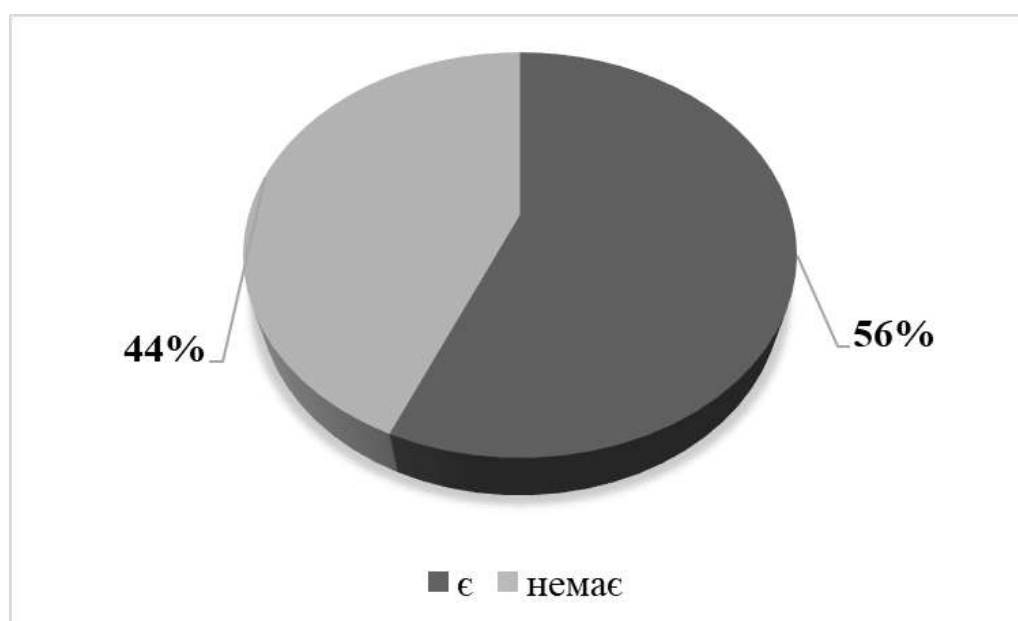
формування їхніх психологічних установок, моделі поведінки у стосунках та їхню оцінку сімейної стабільності.



**Рис. 2.2. Батьківська родина респондентів**

Незважаючи на домінування повної родини, частка осіб із неповних сімей є також істотною, складаючи приблизно 33,7%. Таке співвідношення підтверджує **гетерогенність вибірки** за критерієм досвіду ранньої соціалізації та вказує на необхідність врахування впливу типу батьківської родини при інтерпретації подальших результатів дослідження.

У 57 осіб є діти. У 44 осіб їх нема.



**Рис. 2.3. Наявність дітей у респондентів**

Це означає, що більшість респондентів (приблизно 56,4%) мають дітей, тоді як близько 43,6% не мають. Це співвідношення є досить збалансованим, близьким до рівномірного, що свідчить про наявність у вибірці як осіб, які виконують батьківські функції та несуть відповідну соціальну відповідальність, так і осіб, які цього досвіду не мають.

В своєму дослідженні ми намагалися залучити мобілізованих з усіх регіонів України, але в цьому питанні вибірка залишилась неоднорідною.

Домінуюча категорія: Найбільш представленим є регіон Північ України, який охоплює 38% респондентів.

Середня представленість: Регіони Захід України та Центр України мають однакову кількість респондентів (по 24 осіб, або 24% кожний).

Мінімальна представленість: Регіони Схід та Південь України є статистично незначними. Схід України представлений лише 9%. Найменша кількість респондентів походить із Півдня України (5 осіб, або 5%).

**Таблиця 2.2.**

**Розподіл досліджуваних по регіонах**

| місце проживання | Кількість осіб |
|------------------|----------------|
| схід України     | 9              |
| захід України    | 24             |
| північ України   | 38             |
| південь України  | 5              |
| центр України    | 24             |

В дослідженні було представлено наступні області України:

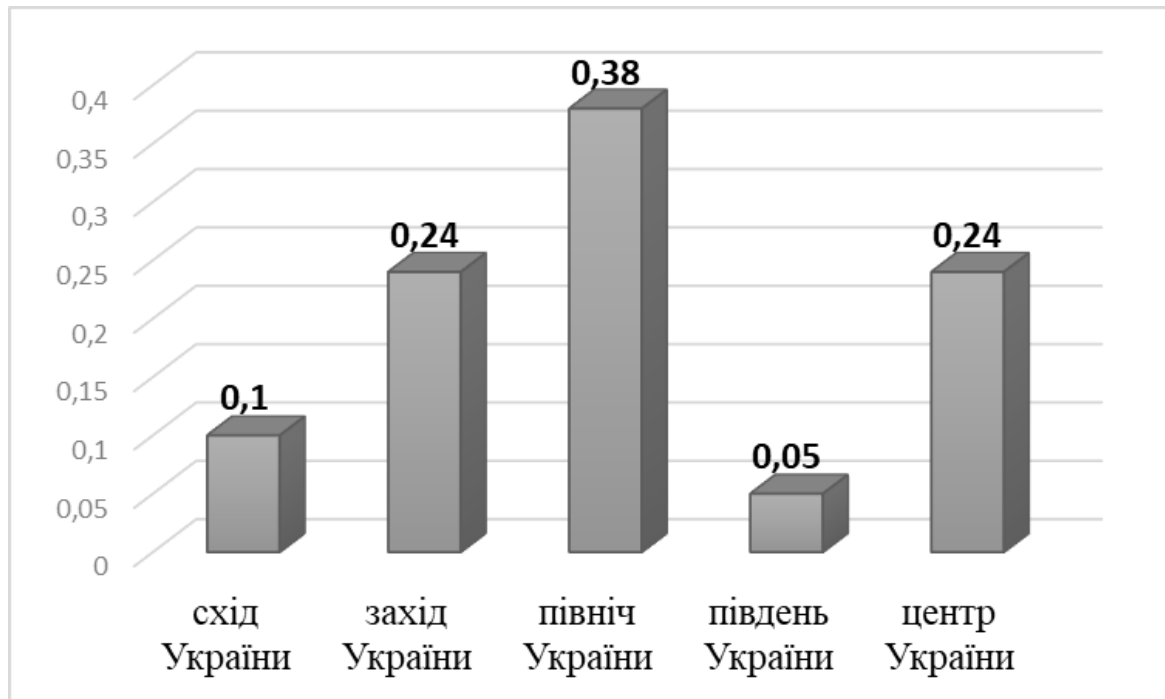
Східні області (Харківська, Донецька) – 9%;

Західні області (Львівська, Волинська, Тернопільська, Рівненська та інші) – 24%;

Північні області (Київська, Житомирська, Сумська, Чернігівська) – 38%;

Південні області (Одеська, Миколаївська, Херсонська, Запорізька) – 5%;

Центр країни (Вінницька, Дніпропетровська, Полтавська, та інші) – 24%.



**Рис. 2.4. Місце проживання респондентів**

Ця географічна нерівномірність є критично важливою для методологічної оцінки, оскільки результати дослідження будуть мати найбільшу валідність та репрезентативність саме для Північного, Західного та Центрального регіонів. Схід та Південь України є практично не представленими, що унеможливило узагальнення висновків на ці регіони.

Аналіз показників опитування контингенту мобілізованих відображає фактори, що вплинули на вступ респондентів до військових формувань, а також на виявлення їхнього попереднього службового досвіду.

За результатами анкети було виявлено, що більшість чоловіків мобілізувалися добровільно, тільки третина була мобілізована у зв'язку з введенням правового режиму військового стану. При розгляді причин вступу, пов'язаних із правовим режимом, виявлено, що більша частина респондентів – 65 (65%) мобілізувалася добровільно. Проте третина вибірки – 35 (35%) була мобілізована у зв'язку з введенням правового режиму військового стану. Таким чином, мобілізація, хоч і присутня, не є домінуючим механізмом поповнення контингенту серед опитаних, поступаючись особистій ініціативі.

Найбільш значущим та універсальним фактором є особисте рішення вступити до лав. Частка ствердних відповідей на питання 2.3 («Ви прийняли особисте рішення вступити до лав») становить 100%, при цьому частка негативних відповідей - нульова. Це свідчить про те, що для всієї вибірки респондентів домінує соціально бажана відповідь про те, що процес вступу був заснований на суб'єктивному та добровільному волевиявленні. Диференціювати неправдиві відповіді було можливо тільки при комплексному скрінінгу мотивації респондентів, який включає спостереження та поліграфічне обстеження (при необхідності).

**Таблиця 2.3.**

**Мотивація та попередній досвід мобілізованих**

| Питання                                                                       | відп. | частка |
|-------------------------------------------------------------------------------|-------|--------|
| 2.1 Вас мобілізували у зв'язку з введенням правового режиму військового стану | так   | 0,35   |
|                                                                               | ні    | 0,65   |
| 2.3 Ви прийняли особисте рішення вступити до лав ЗСУ                          | так   | 1,00   |
|                                                                               | ні    | 0,00   |
| 2.5 Вам було необхідно отримувати постійне джерело фінансових надходжень      | так   | 0,18   |
|                                                                               | ні    | 0,82   |
| 3.1 Ви проходите службу у силових правоохоронних структурах.....              | так   | 0,25   |
|                                                                               | ні    | 0,75   |
| 3.2 Ви брали участь у АТО (ООС)                                               | так   | 0,04   |
|                                                                               | ні    | 0,96   |

Необхідність отримання постійного джерела фінансових надходжень як мотив для вступу до лав є незначним. Лише 18 (18%) респондентів підтвердили цей фактор. Переважна більшість – 82 особи (82%) заперечувала фінансову мотивацію. Це вказує на те, що для даної групи осіб економічні стимули не є визначальними у порівнянні з іншими, можливо, ідейними чи громадянськими, спонуканнями.

Аналіз попереднього службового досвіду показує, що більшість (75 осіб



або 75%) респондентів не проходить службу у силових правоохоронних структурах. Відповідно, 25 осіб (25%) респондентів раніше мали досвід служби у зазначених структурах. Ці пропорції припускають, що три чверті контингенту були залучені з цивільного середовища, а не з кадрового резерву силових відомств.

Участь в Антитерористичній операції (АТО) або Операції об'єднаних сил (ООС) серед опитаних є вкрай низькою. Частка осіб із таким досвідом становить лише 4 особи. Абсолютна більшість респондентів (96%) не брала участі в АТО (ООС). Це може вказувати на те, що контингент значною мірою складається з осіб, які не мали безпосереднього бойового досвіду до поточного періоду.

Таким чином, отримані показники свідчать про високий рівень добровільності вступу до лав, оскільки особисте рішення є домінуючим і всеосяжним фактором. Третина респондентів була мобілізована з інших причин. Економічна мотивація не є провідною. Структура контингенту характеризується переважанням осіб, які які не мали безпосереднього бойового досвіду до поточного періоду.

Оцінка поведінкових реакцій та психопатологічних ризиків дозволила сфокусуватися на поведінкових чинниках, суїцидальній ідеації та сімейному анамнезі.

#### Поведінковий та фізіологічний фактор (Сон)

Аналіз дотримання гігієни сну показав, що гостре недосипання (менше 5 годин) зачепило незначну частку вибірки- 8 осіб (8%).

Аналіз показники суїцидальної ідеації та спроб респондентів демонструє значний рівень психологічного дистресу в досліджуваній групі, що проявляється у поширеності пасивної суїцидальної ідеації. Частка осіб, які повідомили про наявність думок про самогубство, становить 31 особу (31%). Цей показник є домінуючим і свідчить про значну поширеність потенційної латентної суїцидальності у групі.

Незважаючи на високий рівень суїцидальної ідеації особи, які

повідомили про спроби суїциду відсутні. Цей нульовий показник при високій ідеації підкреслює дисонанс між внутрішнім психічним станом та відсутністю зовнішнього деструктивного поведінкового прояву і є важливим для подальшого вивчення стримуючих механізмів або бар'єрів між задумом та дією.

**Таблиця 2.4.**

**Оцінка поведінкових реакцій та психопатологічних ризиків**

| Питання                                                   | відп. | частка |
|-----------------------------------------------------------|-------|--------|
| 1.4 напередодні вночі спав менше 5 годин                  | так   | 0,08   |
|                                                           | ні    | 0,92   |
| 4.1 думки про самогубство                                 | так   | 0,31   |
|                                                           | ні    | 0,69   |
| 4.2 спроби суїциду                                        | так   | 0,00   |
|                                                           | ні    | 1,00   |
| 5.1 психічні захворювання у родині                        | так   | 0,10   |
|                                                           | ні    | 0,90   |
| 5.2 спроби або завершений суїцид у родині                 | так   | 0,09   |
|                                                           | ні    | 0,91   |
| 5.3 перебування на обліку у психіатра у родині            | так   | 0,05   |
|                                                           | ні    | 0,95   |
| 6.1 у вас були проблеми через вживання алкоголю у родині  | так   | 0,23   |
|                                                           | ні    | 0,77   |
| 6.2 у вас були проблеми через вживання алкоголю на роботі | так   | 0,03   |
|                                                           | ні    | 0,97   |

Показники сімейного анамнезу, пов'язані з психічними порушеннями та суїцидальною поведінкою, демонструють помірну, але суттєву поширеність.

Наявність психічних захворювань у родичів підтвердили 10 осіб (10%). Цей показник є важливим для оцінки можливого генетичного або соціального

впливу психічних розладів.

Спадковість суїцидальної поведінки (або вплив сімейної травми) була зафіксована у 9 (9%) випадках.

Найменша частка серед факторів сімейного анамнезу, пов'язаних із психіатрією, стосується перебування члена сім'ї на обліку у психіатра — 5 осіб (5%).

Проблематика вживання алкоголю виявила чітку локалізацію ризику переважно у сімейному контексті.

Проблеми через вживання алкоголю у родині – це другий за величиною показник серед усіх аналізованих даних. Частка респондентів, які мали проблеми, спричинені вживанням алкоголю у родині, становить 23 особи (23%). Ця висока частота свідчить про те, що сімейна дисфункція, пов'язана з алкоголем, є поширеним і значущим стресовим фактором у житті досліджуваної групи.

На противагу цьому, проблеми, пов'язані з алкоголем на роботі, є мінімальними і становлять лише 3% всієї вибірки – 3 особи.

Співвідношення цих двох показників (0,23 проти 0,03) акцентує увагу на критичній ролі сімейного середовища як джерела алкогольних ризиків через висновок про те, що алкогольна проблематика, яка впливає на респондентів, переважно локалізована у сімейному, а не у професійному середовищі..

Таким чином, отримані дані підтверджують наявність латентної групи ризику, ідентифікованої за двома основними факторами: надзвичайно високій поширеності суїцидальної ідеації (0,31), що не корелює з активними спробами; значній поширеності сімейних проблем, пов'язаних з алкоголем (0,23), що перевищує всі показники сімейного психіатричного анамнезу.

## **Висновки до другого розділу.**

1. Діагностичний етап дослідження мав певну послідовність:

З кожним респондентом проводилась співбесіда та заповнювалась анкета дослідження для визначення соціально-демографічних характеристик та отримання первісних даних по психологічному стану.

Методики, що увійшли до скрінінгового діагностичного комплексу:

Опитувальник здоров'я пацієнта (PHQ-9);

Шкала генералізованого тривожного розладу (GAD-7);

Шкала резильєнтності (CD-RISC-10);

Методика «Прогноз»;

Методика готовності до ризику Шуберта.

На останньому етапі обговорювались отримані результати, робились відповідні висновки та формувались рекомендації по роботі з контингентом мобілізованих.

2. Аналіз показників опитування контингенту мобілізованих щодо факторів, які вплинули на вступ респондентів до військових формувань, а також на виявлення їхнього попереднього службового досвіду свідчить про високий рівень добровільності вступу до лав, оскільки особисте рішення є домінуючим і всеосяжним фактором. Третина респондентів була мобілізована з інших причин. Економічна мотивація не є провідною. Структура контингенту характеризується переважанням осіб, які які не мали безпосереднього бойового досвіду до поточного періоду.

3. Оцінка поведінкових реакцій та психопатологічних ризиків підтвердила наявність латентної групи ризику, ідентифікованої за двома основними факторами: надзвичайно високій поширеності суїцидальної ідеації (0,31), що не корелює з активними спробами; значній поширеності сімейних проблем, пов'язаних з алкоголем (0,23), що перевищує всі показники сімейного психіатричного анамнезу.

### РОЗДІЛ 3.

## ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ХАРАКТЕРИСТИК МОТИВАЦІЙНОЇ ТА ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ОСІБ МОБІЛІЗОВАНИХ ДО ВІЙСЬКОВОЇ СЛУЖБИ

### 3.1. Описова статистика показників емоційно-мотиваційної сфери осіб мобілізованих до військової служби.

**Опитувальник здоров'я пацієнта (PHQ-9)** є валідним інструментом для скринінгу депресії, що має ряд суттєвих переваг для використання у військовому контексті: висока чутливість, компактність, можливість відстеження динаміки симптомів та широке міжнародне визнання та використання у військовій психології.

*Таблиця 3.1.*

#### Результати скринінгу депресії (PHQ-9)

| Показники                       | Рівні                        | особи | частка |
|---------------------------------|------------------------------|-------|--------|
| PHQ-9<br>Самооцінка депресії    | відсутня депресія            | 81    | 0,80   |
|                                 | легка (субклінічна) депресія | 2     | 0,02   |
|                                 | помірна депресія             | 18    | 0,18   |
| PHQ-9_ускладнення<br>обов'язків | зовсім не ускладнили         | 20    | 0,20   |
|                                 | дещо ускладнили              | 68    | 0,67   |
|                                 | дуже ускладнили              | 13    | 0,13   |

Результати самооцінки депресії, що отримано у групі мобілізованих осіб не виявили ознак тяжкої депресії, яка пов'язана з проявом дев'яти основних проявів, що включають ангедонію, порушення настрою, порушення сну, втому та занепад сил, порушення апетиту, негативні думки про себе, труднощі концентрації уваги, психомоторні порушення та суїцидальні думки.

Переважає більшість не має депресії 81 особа (80%), 2 чоловіки мають

легку депресію і 18 осіб повідомили про наявність симптомів помірної тяжкості депресії. Згідно з критеріями оцінки, помірна депресія відповідає загальному балу 10–14. Цей діапазон є критичним, оскільки бал  $>10$  є інформативним у значенні великого депресивного розладу з чутливістю та специфічністю 83%. Таким чином, 18% опитаних демонструють рівень депресивних симптомів, який потребує уваги та може свідчити про наявність ВДР. Депресивні прояви є досить поширеними серед військовослужбовців, і особливо серед учасників бойових дій, але ми досліджували саме новоприбулих та тих, хто почав проходити військове навчання, які ще не мають бойового досвіду.

Прояви ускладнення обов'язків (функціонального порушення) вимірюються за ступенем впливу на три ключові сфери життя: службові обов'язки (робота, професійна діяльність), домашні справи (домашні обов'язки), спілкування з іншими людьми (соціальні взаємодії).

Лише 20% опитаних повідомили, що наявні проблеми зовсім не ускладнили їхні обов'язки чи спілкування. Переважна більшість (80%) зазнали певного ступеня ускладнення у виконанні службових обов'язків, домашніх справ або спілкуванні. 13% осіб повідомили, що проблеми дуже ускладнили їхню функціональність. Це свідчить про значне порушення працездатності та соціальної адаптації у цієї групи.

Таким чином, ми отримали дихотомічну картину за PHQ-9: 18% демонструють рівень депресивних симптомів, який потребує уваги та може свідчити про наявність ВДР. 80% опитаних повідомили про те, що проблеми, які їх турбували (навіть якщо вони не досягли рівня депресії за балами), дещо або дуже ускладнили виконання їхніх обов'язків. Це свідчить про те, що субклінічні симптоми або інші труднощі, перелічені в PHQ-9 (наприклад, втома, труднощі з концентрацією уваги, проблеми зі сном, поганий настрій), мають істотний вплив на щоденне функціонування більшості досліджуваної групи.

**Шкала генералізованого тривожного розладу (GAD-7)** є оптимальним інструментом для оцінки тривожності, тому що має високу достовірність у виявленні генералізованого тривожного розладу, можливість швидкого скринінгу, чутливий до змін у стані пацієнта, має доведену ефективність у військовій психології.

**Таблиця 3.2.**

**Результати скринінгу генералізованого тривожного розладу (GAD-7)**

| <b>Показники</b>  | <b>Рівні</b>   | <b>особи</b> | <b>частка</b> |
|-------------------|----------------|--------------|---------------|
| GAD_7_Тривожність | без симптомів  | 93           | 0,92          |
|                   | легкі симптоми | 8            | 0,08          |

Переважає більшість обстежених не має симптомів тривожності - 93 особи. Наявність легких симптомів - 8 осіб. Згідно з наданими показниками середніх та важких симптомів. не зафіксовано.

Наявність легких симптомів вказує на певний рівень неспокою чи занепокоєння, який, хоча і не є клінічно значущим чи помірним, все ж таки присутній і може бути реакцією на стресові умови.

Причини, за якими не було виявлено клінічно значущих «маніфестів» можуть бути пов'язані не з відсутністю тривожності у респондентів, а з рядом інших причин, за якими дана діагностика виявилася нечутливою (ефект «стелі»):

Обмеження часового проміжку оцінювання двома тижнями. Наприклад, симптоми могли загостритися під час мобілізації, але тимчасово зменшитися у момент тестування (наприклад, через стабілізацію обстановки чи перехідний етап).

Обмеженість спектру симптомів, які оцінюються GAD-7. Характеристики форм психологічного дистресу або тривожних розладів мобілізованих осіб не повністю покриваються питаннями GAD-7 і тест не з міг не охопити ключові ознаки розладів, характерних для військового контингенту.

Фактор соціальної бажаності та самозвіт. В умовах військової служби або мобілізації існує значний тиск на індивідів щодо демонстрації стійкості та відсутності слабкостей і вони свідомо чи підсвідомо можуть применшувати вираженість своїх симптомів.

Візуальна діагностика та проєктивні методики в цьому сенсі більш ефективні для психологів підрозділів.

Таким чином, результати скринінгу за шкалою генералізованого тривожного розладу (GAD-7) виявили відсутність клінічно значущих проявів тривожності у переважної більшості обстежених мобілізованих (92% без симптомів, 8% з легкими симптомами), що може пояснюватися не реальною відсутністю тривожності, а обмеженнями методики у контексті військового контингенту. Вирішальну роль відіграє фактор соціальної бажаності – в умовах військової служби існує значний тиск на демонстрацію стійкості та відсутності слабкостей, тому респонденти свідомо чи підсвідомо можуть применшувати вираженість симптомів при самозвіті, що робить візуальну діагностику та проєктивні методики більш ефективними інструментами для виявлення прихованої тривожності у військовослужбовців.

**Шкала резильєнтності (CD-RISC-10)** є важливим компонентом діагностичного комплексу завдяки прогностичній цінності щодо адаптації до військової служби та компактності і простоті застосування.

Респонденти показали достатньо високий рівень загальної резильєнтності по групі  $44,7 \pm 0,7$ .

**Таблиця 3.3.**

**Результати скринінгу резильєнтності**

| Показники                 | Рівні                                 | особи | частка |
|---------------------------|---------------------------------------|-------|--------|
| CD-RISC-10_Резильєнтність | середній рівень резильєнтності        | 13    | 0,13   |
|                           | вище середнього рівень резильєнтності | 88    | 0,87   |

Отримані дані свідчать про те, що досліджувана група (або значна її частина) володіє високими психологічними ресурсами для подолання



життєвих труднощів.

У 88 осіб виявлено показник резильєнтності вище середнього рівня. Це означає, що ці особи здатні легко пристосовуватися до змін і долати негаразди; мають переконання в тому, що вони є сильною людиною, коли вирішують життєві виклики та труднощі; не лише здатні впоратися зі стресом, але й ефективно поновлюються після тих чи інших негараздів; активно намагаються бачити позитивну сторону речей, коли стикаються з проблемами.

Лише у 13 осіб (0,13 частка) мобілізованих виявлено низьку здатність до відновлення після стресових подій. Вони були віднесені до групи особливої уваги та індивідуальної діагностики.

Ми припускаємо, що, надмірно високі результати та слабка диференціація мобілізованих осіб по рівнях вираженості резильєнтності можуть бути викликані поєднанням факторів:

- ефект соціальної бажаності та контекст самооцінки пов'язаний із самозвітом, який часто призводить до завищення оцінок;
- ефект стелі пов'язаний з структурним обмеженням шкали з простим ключом підсумовування. Тест не має достатньої "варіативності" для диференціації тих, хто насправді сильніший, від тих, хто просто достатньо сильний.

Таким чином, результати скринінгу за шкалою резильєнтності (CD-RISC-10) виявили достатньо високий рівень загальної резильєнтності у групі ( $44,7 \pm 0,7$ ), при цьому переважна більшість обстежених (87%) продемонстрували показники вище середнього рівня, що свідчить про високі психологічні ресурси для подолання життєвих труднощів, здатність ефективно адаптуватися до змін та відновлюватися після стресових подій. Лише 13% мобілізованих виявили середній рівень резильєнтності, що визначило їх як групу особливої уваги для індивідуальної діагностики. Однак надмірно високі результати та слабка диференціація респондентів за рівнями вираженості резильєнтності можуть бути викликані методологічними обмеженнями, зокрема ефектом соціальної бажаності у контексті самозвіту, коли

військовослужбовці схильні завищувати оцінки власної стійкості відповідно до очікувань щодо демонстрації сили та відсутності слабкостей.

**Методика "ПРОГНОЗ"** має особливу цінність для військової психодіагностики через спеціальну розробку для військового контексту, можливість прогнозування нервово-психічної стійкості в екстремальних умовах, виявлення преморбідних станів та ризиків дезадаптації та високу прогностичну валідність щодо успішності військової служби

За результатами діагностування у 29 мобілізованих осіб, з якими було проведено психодіагностичний скрінінг виявлено схильність до суїциду. Це дає змогу припускати наявність ознак депресивного синдрому, а саме а саме в емоційній сфері переважання негативних емоційних переживань та відчуття безперспективності та безнадійності щодо майбутнього; на когнітивному рівні схильність до негативної інтерпретації подій та можливість наявності руйнівних думок щодо власної особистості; на поведінковому рівні соціальну самоізоляцію. Також може спостерігатися тенденція у поведінці на самознищення або наявність факторів, які можуть призвести до самогубства, а саме суїцидальні думки різного ступеня інтенсивності та фантазії або міркування про смерть; ризикована поведінка без урахування наслідків та можлива схильність до адиктивної поведінки (зловживання психоактивними речовинами).

Це стосується до результатів нашого опитування про суїцидальну ідеацію без активними спробами її реалізації.

Тому високий бал за цією шкалою викликає необхідність додаткової співбесіди з обстежуваним, щоб визначити наявність психологічної проблеми.

За результатами діагностування у 72 мобілізованих осіб, з якими було проведено психодіагностичний скрінінг виявлено схильність до містичного (або нервово-психічного) зриву. Це свідчить про значну психоемоційну нестабільність та зниження адаптаційних можливостей особистості. Результати вказують на виражену афективну лабільність, підвищеній збудливості нервової системи зі зниженим порогом реагування на зовнішні

подразники, та вираженій дратівливості з низькою толерантністю до фрустрації. Крім того, може спостерігатися підвищена чутливість до зовнішніх стимулів (звукових, світлових, тактильних) та емоційних подразників, що створює додаткове навантаження на нервову систему та знижує стресостійкість. Психофізіологічні прояви включають вегетативні дисфункції (серцебиття, коливання тиску, пітливість, тремор), порушення сну, хронічну втому та соматичні скарги на головні болі напруги та м'язове напруження.

Середній показник нервово-психічної стійкості за методикою Прогноз склав  $6,08 \pm 0,17$ , що є в цілому сприятливим показником, але не дає великої інформативності. Тому ми розрахували диференційовану вираженість нервово-психічної стійкості за рівнями.

**Таблиця 3.4.**

**Результати скринінгу нервово-психічної стійкості за методикою Прогноз**

| Показники                            | Рівні                                 | особи | частка |
|--------------------------------------|---------------------------------------|-------|--------|
| Прогноз_ нервово-психічної стійкості | висока нервово-психічна стійкість     | 8     | 0,08   |
|                                      | хороша нервово-психічна стійкість     | 54    | 0,53   |
|                                      | задовільна нервово-психічна стійкість | 32    | 0,32   |
|                                      | крайній стан                          | 6     | 0,06   |

Високу нервово-психічну стійкість продемонструвало 8 осіб. Це свідчить про надійний захист від дії стрес-факторів звичайних життєвих ситуацій. Цей захист базується на впевненості в собі, оптимістичності та активності. Прогноз для цієї групи сприятливий.

Хорошу нервово-психічну стійкість продемонструвало 53 особи. Їхня здатність до стресостійкості, адаптації в нових соціальних умовах та рівень саморегуляції оцінюється як хороша. Прогноз: Прогноз для цієї групи також сприятливий.

Задовільну нервово-психічну стійкість продемонструвало 32 особи. Ці особи мають задовільний рівень нервово-психічної стійкості. Хоча вони можуть бути більш чутливими до стрес-факторів, але їхній стан ще не класифікується як критичний. Прогноз для цієї групи залишається сприятливим.

Крайній стан нервово-психічної продемонструвало 6 осіб. Це критичний поріг, що вказує на потенційну нестійкість. Можна припустити наявність депресивного синдрому, психопатизації різних видів або педагогічної занедбаності. Це створює передумови для імпульсивної поведінки, агресивного ставлення до соціального оточення, або ж, навпаки, відлюдкуватості, інертності та зниженої соціальної активності. Прогноз для осіб у крайньому стані є несприятливим. Індивідуальний аналіз даних показав, що саме в цих респондентів в наявності супутні ризики (суїцидальності та можливості містичного зриву) [36].

Таким чином, більшість обстежених демонструють щонайменше задовільний або вищий рівень нервово-психічної стійкості. Однак 6% осіб перебувають у крайньому стані, що сигналізує про ризик та потребує подальшого індивідуального психологічного та, можливо, медичного обстеження для запобігання вірогідних зрывів.

Шкала Шуберта схильності до ризику (Schubert Risk Propensity Scale) - це психометричний інструмент для вимірювання індивідуальної готовності людини йти на ризик у різних життєвих сферах. Допомогає зрозуміти, наскільки людина готова приймати рішення в умовах невизначеності.

Переважає більшість досліджуваних осіб (87%) демонструє або помірну готовність до ризику, або виражену обережність.

Домінує середній рівень схильності до ризику (46%). Це вказує на те, що ці особи схильні до ризику лише за певних обставин або коли потенційна вигода виправдовує небезпеку. Вони не є надмірно обережними, але й не демонструють вираженої потреби в небезпечних ситуаціях.

**Таблиця 3.5.**

**Результати скринінгу схильності до ризику  
(Schubert Risk Propensity Scale)**

| <b>Показники</b> | <b>Рівні</b>         | <b>особи</b> | <b>частка</b> |
|------------------|----------------------|--------------|---------------|
| Шуберт_Ризик     | обережність          | 41           | 0,41          |
|                  | середній рівень      | 46           | 0,46          |
|                  | схильність до ризику | 14           | 0,14          |

Висока частка обережних осіб (41%). Таким особам притаманно:

- обережність у нових умовах - демонструють стійкий вибір стратегій, що мінімізують потенційні загрози,
- прагнення до безпеки - вони схильні уникати ініціації дій у потенційно загрозливому середовищі,
- відмова від небезпеки заради вигоди.

Невелика частка респодентів має чітко виражену схильність до ризику (14%). Ці особи, ймовірно, демонстрували високу готовність до дій, пов'язаних із фізичною небезпекою чи невизначеністю. У поведінковому аспекті, такі особи схильні до позитивної оцінки небезпечних дій, таких як перевищення встановленої швидкості для надання невідкладної допомоги, участь у небезпечній експедиції заради матеріальної вигоди, або згоду на керування технічно складними об'єктами (наприклад, гелікоптером) після мінімального інструктажу. Важливо відзначити, що ця схильність посилюється в ситуаціях внутрішнього конфлікту та при груповій взаємодії, де вона проявляється сильніше, ніж при індивідуальних діях.

### **3.2. Аналіз різниці в психологічних характеристик мобілізованих до військової служби.**

Грунтуючись на тому, що мобілізовані до військової служби мають різні соціально-демографічні характеристики та на основі результатів анкетування

ми провели аналіз достовірності різниці по психологічних характеристиках, які ми виявили в групах.

Для обробки та інтерпретації результатів були використані такі статистичні показники:

- М (середнє арифметичне): Відображає середній бал за кожною шкалою для досліджуваних груп.
- $\sigma$  (стандартне відхилення): Показує ступінь розкиду індивідуальних значень щодо середнього балу групи. Більше значення свідчить про меншу однорідність групи з цієї ознакою.
- Т (Т-критерій Стюдента): Статистичний критерій, який застосовувався для визначення достовірності різниці між середніми значеннями двох незалежних груп.
- р (рівень статистичної значущості): Показник, що відображає ймовірність того, що відмінності між групами є випадковими.

**Сімейний статус.** Згідно отриманих даних ми розглянули відмінності в характеристиках мобілізованих, розподіливши їх за сімейним статусом

**Таблиця 3.6.**

**Відмінності в характеристиках мобілізованих  
з різним сімейним статусом**

| сімейний стан                   |             | М     | m    | $\sigma$ | Т     | р    |
|---------------------------------|-------------|-------|------|----------|-------|------|
| CD-RISC-<br>10_Резильєнтність   | одружений   | 45,64 | 0,77 | 6,04     | 2,02  | ,047 |
|                                 | неодружений | 42,85 | 1,22 | 7,03     |       |      |
| PHQ-9_Самоцінка<br>депресії     | одружений   | 2,15  | 0,28 | 2,18     | -3,41 | ,001 |
|                                 | неодружений | 3,88  | 0,46 | 2,63     |       |      |
| PHQ-9_ускладнення<br>обов'язків | одружений   | 1,84  | 0,07 | 0,58     | -2,10 | ,039 |
|                                 | неодружений | 2,09  | 0,09 | 0,52     |       |      |
| GAD_7_Тривожність               | одружений   | 1,41  | 0,24 | 1,85     | -2,10 | ,038 |
|                                 | неодружений | 2,27  | 0,35 | 1,99     |       |      |

Примітки: М – середнє; m – середньоквадратична помилка середнього;  $\sigma$  - середньоквадратичне відхилення; Т – коефіцієнт Стюдента; р – достовірність значення.

Резильєнтність є інтегральним показником ресурсу мобілізованих протистояти стресовим факторам та зберігати психологічну стабільність. Порівняльні дані за цим параметром показали, що середній бал за шкалою резильєнтності у одружених мобілізованих ( $45,6 \pm 6,0$ ) вище, ніж у неодружених ( $42,9 \pm 7,0$ ). Наявність сім'ї та стабільних подружніх відносин є фактором, який позитивно корелює з вищим рівнем резильєнтності у мобілізованих військовослужбовців.

Стабільні подружні стосунки формують емоційну опору, що забезпечує відчуття надійності й безумовної підтримки, і це створює своєрідну безпечний осередок, до якого можна повернутися навіть після інтенсивних стресових подій. Сімейне середовище надає чоловікам життєвий сенс, оскільки воно дає можливість обрати не лише виживання, а й обрати мету повернення до своїх близьких і захисту їхнього майбутнього, що в критичних обставинах підсилює мотиваційні механізми та активує внутрішні ресурси. Сім'я виконує важливу функцію збереження ідентичності, вона маніфестує, що людина не зводиться до ролі бійця, а зберігає статус партнера, батька та чоловіка, що підтримує цілісність самосприйняття..

Стабільний сімейний статус також корелює з меншою вираженістю негативного психоемоційного стану, що посилює показники резильєнтності.

Вища виразність депресивної симптоматики у неодружених мобілізованих військовослужбовців пояснюється насамперед дефіцитом соціальної та емоційної підтримки, яка є критично важливою для переробки інтенсивного стресу й психічного напруження, під яким перебувають українці під час війни, а особливо чоловіки, мобілізовані до військової служби.

Водночас на це накладається ще один вагомий чинник — руйнація життєвих перспектив без наявності компенсаторних ресурсів у вигляді стабільних близьких стосунків, адже мобілізація фактично позбавляє людину часу, необхідного для побудови особистого життя та створення сім'ї, що в умовах невизначеності майбутнього переживається значно болючіше, поглиблюючи відчуття втрати та нездійснених можливостей, а сформовані в

такому контексті когнітивні спотворення, пов'язані з почуттям непотрібності та безнадійності щодо власних життєвих перспектив, поступово вибудовують депресогенний патерн мислення, який підсилює симптоматику та ускладнює психологічну адаптацію.

Додатковий аналіз показника «ускладнення виконання обов'язків», який виявляє труднощі у виконанні службових та побутових завдань, свідчить про більш негативний вплив даної симптоматики на функціональність неодружених мобілізованих індивідів ніж одружених.

Тривожність один з найпоширеніших маркерів психологічного неблагополуччя за умов підвищеного стресу. Для групи одружених мобілізованих середній бал за шкалою тривожності становив ( $1,41 \pm 1,85$ ), для групи неодружених мобілізованих середній бал за шкалою тривожності становив ( $2,27 \pm 0,35$ ), що відповідає відсутності симптомів тривожного розладу. Проте, рівень значущості  $p < 0,05$  показує, що різниця між групами є статистично значимим.

Відсутність клінічно вираженої генералізованої тривожності у мобілізованих військовослужбовців, попри статистично значущі відмінності між групами, може бути зумовлена специфічними адаптаційними механізмами, що формуються під час тривалого перебування у стресогенному середовищі. На відміну від цивільних, у яких тривога часто виникає через невизначеність і передбачувані загрози, військові стикаються з реальними, конкретними небезпеками, тому їхній тривожний стан трансформується у більш функційні реакції, як-от підвищена пильність, мобілізаційна готовність та сфокусована увага. Підвищений рівень тривожності у неодружених мобілізованих чоловіків можна пояснити відсутністю стабільної емоційної бази та соціальної опори. Адже подружні стосунки дають перспективу повернення до сімейного життя, тоді як неодружені вимушені фактично відбудовувати власний побут і стосунки з нуля в умовах психологічних наслідків травматичного досвіду. Відсутність людини, яка б чекала на повернення й піклувалася про благополуччя індивіда, може активізувати



базове відчуття покинутості та непотрібності, підриваючи глибинне відчуття безпеки й значущості власного життя.

Таким чином, встановлено, що сімейний стан є статистично значущим фактором, асоційованим з психологічним станом мобілізованих, причому відмінності між групами одружених та неодружених мобілізованих носять системний характер і проявляються одночасно у множинних показниках емоційного благополуччя. У одружених мобілізованих більш сприятливий психологічний профіль, у якому статистично значуще вищий рівень резильєнтності виступає захисним фактором, асоційованим з нижчими рівнями депресії та тривожності через подружню підтримку.

Отримані результати можуть слугувати основою для розробки цільових заходів психологічного супроводу та підтримки військовослужбовців з урахуванням їхнього сімейного стану як критичного протективного чи ризикового фактора психічного здоров'я в умовах тривалого травматичного стресу.

**Наявність дітей.** Аналіз даних самооцінки за психологічними характеристиками виявив статистично високо значущу різницю між мобілізованими особами залежно від наявності у них дітей у вираженості депресивного спектру.

**Таблиця 3.7.**

**Відмінності в характеристиках мобілізованих  
за наявністю дітей**

| діти                     |       | М    | m    | $\sigma$ | T     | p     |
|--------------------------|-------|------|------|----------|-------|-------|
| PHQ-9_Самоцінка депресії | є     | 2,07 | 0,27 | 2,07     | -3,00 | 0,003 |
|                          | немає | 3,48 | 0,40 | 2,65     |       |       |

Примітки: М – середнє; m – середньоквадратична помилка середнього;  $\sigma$  – середньоквадратичне відхилення; T – коефіцієнт Стюдента; p – достовірність значення.

Виявлену статистично значущу різницю у вираженості депресивних ознак можна пояснити тим, що батьківство у його повноцінному вимірі функціонує як захисний механізм, формуючи багаторівневі психологічні

бар'єри проти розвитку депресивної симптоматики. Присутність дітей у житті людини генерує чітку спрямованість на виживання через створення смислів, які виходять за межі власного "Я". Турбота щодо майбутнього власних нащадків редукує переживання безперспективності та безглуздості. Батьки усвідомлюють критичну важливість свого повернення для забезпечення добробуту та повноцінного розвитку дітей, бо несуть відповідальність не лише за власну долю, а за життя залежних від них людей. Натомість мобілізовані, які не мають дітей, можуть інтенсивніше переживати втрату сприятливого періоду для реалізації репродуктивних намірів, а брак батьківських зобов'язань позбавляє їх значущого джерела екзистенційного сенсу та організуючої структури, що підвищує їхню вразливість до дезінтеграції життєдіяльності та апатичних проявів.

Таким чином, різниця в психологічному стані мобілізованих (депресивні тенденції) залежно від наявності дітей пояснюється тим, що наявність дітей генерує чітку спрямованість на виживання через створення смислів, які розширяють межі індивідуального існування через турботу про майбутнє нащадків. Батьки усвідомлюють критичну важливість власного повернення для забезпечення добробуту та повноцінного розвитку дітей, в той час, як мобілізовані, які не мають дітей не мають в ресурсі джерела екзистенційного сенсу, що підвищує вразливість до депресивної симптоматики.

**Регіони України.** Представляло інтерес прослідити особливості психологічних станів за специфікою району, де відбулася мобілізація. Досліджувані представляли різні регіони України, які мають свою культурну обумовленість (мова, устрій, історична хронологія).

В дослідженні було представлено наступні області України:

Східні області (Харківська, Донецька); Західні області (Львівська, Волинська, Тернопільська, Рівненська); Північні області (Київська, Житомирська, Сумська, Чернігівська); Південні області (Одеська, Миколаївська, Херсонська, Запорізька) та Центр країни (Вінницька,

Дніпропетровська, Полтавська).

Проведене порівняльне дослідження психологічних характеристик мобілізованих осіб, групованих за місцем проживання у Східних, Західних, Північних та Центральних областях України, виявило статистично значущі відмінності у вираженості тривожності, депресивних проявів та схильності до суїциду.

**Таблиця 3.8.**

**Відмінності в характеристиках мобілізованих  
за місцем проживання (область України)**

| місце проживання            |                | М    | m     | σ     | T     | p     |
|-----------------------------|----------------|------|-------|-------|-------|-------|
| GAD_7_Тривожність           | схід України   | 2,56 | 0,784 | 2,351 | 2,083 | 0,043 |
|                             | північ України | 1,18 | 0,264 | 1,625 |       |       |
| GAD_7_Тривожність           | захід України  | 2,36 | 0,50  | 2,50  | 2,27  | 0,027 |
|                             | північ України | 1,18 | 0,26  | 1,63  |       |       |
| PHQ-9_Самоцінка<br>депресії | захід України  | 3,48 | 0,55  | 2,76  | 2,02  | ,049  |
|                             | центр України  | 2,16 | 0,35  | 1,75  |       |       |
| «Прогноз»_суїцид            | північ України | 0,29 | 0,07  | 0,46  | -2,06 | 0,044 |
|                             | центр України  | 0,63 | 0,17  | 0,82  |       |       |

Примітки: М – середнє; m – середньоквадратична помилка середнього; σ - середньоквадратичне відхилення; T – коефіцієнт Стюдента; p – достовірність значення.

Аналіз показників тривожності (GAD-7) засвідчив, що особи, мобілізовані з Київської, Житомирської, Сумської, Чернігівської областей, демонструють істотно меншу вираженість тривожності у порівнянні з іншими регіонами ( $1,18 \pm 0,3$  проти  $2,56 \pm 0,8$  на Сході та  $2,36 \pm 0,5$  на Заході).

Щодо самооцінки депресії (PHQ-9), було встановлено статистично значущу різницю між мобілізованими із Західної України та Центру країни ( $3,48 \pm 0,6$  проти  $2,16 \pm 0,4$ ). Мобілізовані з Вінницької, Дніпропетровської, Полтавської областей виявили нижчу вираженість депресивних симптомів.

Крім того, за методикою «Прогноз» та дозволяє виявляти ознаки

суїцидальних тенденцій, зафіксовано статистично значущу відмінність між мобілізованими з Півночі та Центру України ( $0,29 \pm 0,01$  проти  $0,63 \pm 0,1$ ) – мобілізованих з Київської, Житомирської, Сумської, Чернігівської областей мали менш виражені тенденції.

Отже, місце проживання в Україні виступає значущим чинником диференціації психоемоційних станів, зокрема, особи з Північних областей продемонстрували більш благополучну картину психологічних станів у мобілізованих в порівнянні з іншими регіонами.

**Північ.** *Нижчі показники тривожності та депресивних проявів у мобілізованих з Північних областей України (Київська, Житомирська, Сумська, Чернігівська) порівняно з іншими регіонами можна пояснити сукупністю географічних, соціально-економічних та психологічних переваг, що формують адаптивні ресурси для подолання травматичного досвіду. Урбанізованість, економічна розвиненість регіону, близькість до інформаційних та освітніх центрів забезпечує вищий рівень обізнаності про стратегії подолання стресу, психогігієну та доступні ресурси підтримки, що дозволяє мобілізованим з Північних областей більш усвідомлено управляти власним психологічним станом та активніше використовувати превентивні копінг-стратегії [52]. Прагматичність, стриманість у вираженні емоцій та схильність до раціоналізації труднощів може проявлятися у самооцінних опитувальниках як нижчі показники тривожності та депресії, оскільки особи цього регіону менш схильні до драматизації власного стану та інтерпретують симптоми як тимчасові і контрольовані.*

**Захід.** *Підвищені показники тривожності та депресивної симптоматики у мобілізованих із Західних областей України порівняно з іншими регіонами можна пояснити тим, що ці області характеризуються сильною регіональною та національною ідентичністю, глибокою прихильністю до традиційних цінностей, сімейних зв'язків та усталеного способу життя. Примусове вилучення з цього контексту через мобілізацію переживається особливо гостро як руйнування фундаментальних основ*

існування, що провокує інтенсивні депресивні переживання через втрату сенсу та стабільності. Західні області географічно найвіддаленіші від зони активних бойових дій, що створює психологічний парадокс – з одного боку, цей регіон залишається відносно безпечним, але з іншого боку, мобілізовані звідти відчують більший розрив між мирним життям близьких вдома та власним травматичним досвідом на фронті, що підсилює почуття відчуженості, нерозуміння з боку тих, хто залишився, та депресивне переконання, що їхні жертви не повною мірою усвідомлюються суспільством.

**Схід.** Східні регіони, які перебувають у безпосередній близькості до зони активних бойових дій або мають досвід тривалої воєнної загрози з 2014 року, демонструють *найвищі показники тривожності*, порівняно з іншими регіонами. Географічна близькість до лінії фронту означає, що мобілізовані зі Східного регіону не лише самі перебувають у зоні підвищеного ризику, а й їхні родини, домівки та рідні міста залишаються під постійною загрозою обстрілів, окупації чи руйнування, що створює подвійну тривогу – за власне виживання та за безпеку близьких, які не можуть евакуюватися або свідомо залишаються на небезпечних територіях. Багато мобілізованих зі Східних областей мають досвід втрати житла, майна, соціальних зв'язків або вимушеного внутрішнього переміщення ще до мобілізації, що означає відсутність стабільної "безпечної бази" для психологічного відновлення – немає місця, куди можна повернутися після демобілізації, що підживлює екзистенційну тривогу щодо майбутнього та відчуття тотальної втрати контролю над власним життям. Мобілізовані зі Східного регіону часто мають особистий досвід участі в АТО/ООС або безпосереднього зіткнення з окупацією, що означає більш інтенсивну та тривалу травматизацію, накопичення посттравматичних симптомів без достатніх періодів безпеки для їхньої переробки, що трансформує гостру стресову реакцію у хронічну генералізовану тривожність з постійним очікуванням катастрофи та неможливістю відчувати безпеку навіть у відносно захищених умовах.

**Центр.** Центральні області не мають чіткої регіональної ідентичності,

подібної до західних чи східних регіонів, що може позбавляти мобілізованих відчуття належності до сильної спільноти з усталеними механізмами взаємопідтримки, залишаючи їх у стані соціальної та культурної невизначеності, що підвищує ризик суїцидальних думок як крайньої форми неопрацьованого страждання. *Вищі показники суїцидальних тенденцій* також можуть бути пов'язані з специфічним складом мобілізованих з цих регіонів – більшою часткою осіб середнього віку з прерваними кар'єрними траєкторіями та сімейними обов'язками, які гостріше переживають втрату стабільності та перспектив, не маючи при цьому міцних соціальних мереж або культурних ресурсів для подолання кризи.

Таким чином, проведене порівняльне дослідження психологічних характеристик мобілізованих осіб за місцем проживання виявило статистично значущі регіональні відмінності у вираженості тривожності, депресивних проявів та суїцидальних тенденцій, що пояснюється комплексом культурно-історичних, географічних та соціально-економічних факторів. Мобілізовані з Північних областей продемонстрували найбільш сприятливу картину психологічного стану завдяки урбанізованості, економічній розвиненості, близькості до інформаційних та освітніх центрів регіону мобілізації. Західний регіон характеризується підвищеними показниками тривожності та депресії у мобілізованих через сильну регіональну ідентичність, прихильність до традиційних цінностей та гострішу емоційну реакцію на руйнування усталеного способу життя. Мобілізовані із східних областей демонструють найвищі показники тривожності внаслідок географічної близькості до зони бойових дій, тривалої травматизації з 2014 року, подвійної тривоги за власне виживання та безпеку близьких, а також відсутності стабільної безпечної бази для психологічного відновлення. Центральні області характеризуються підвищенням суїцидальних тенденцій мобілізованих, що пов'язано з відсутністю чіткої регіональної ідентичності, обмеженими механізмами спільнотної взаємопідтримки та специфічним складом мобілізованих середнього віку з прерваними життєвими траєкторіями.

**Фінансова мотивація.** Аналіз зовнішньої мотивації мобілізації до військової служби показав, що респонденти з різною мотивацією мають різницю за показниками схильності до ризику та по вираженості суїцидальних тенденцій.

Результати показали, що всі досліджувані демонструють **схильність до ризику**. Трансформація психологічних механізмів, ціннісних орієнтацій та сприйняття реальності під впливом екстремальних умов військової служби, перебування в умовах об'єктивної небезпеки призводить до того, що те, що раніше сприймалося як неприйнятний ризик, поступово стає нормою через процес звикання, внаслідок чого поведінка, яка у цивільному контексті вважалася б безрозсудно ризикованою, у військовому середовищі сприймається як адекватна та необхідна для виживання.

**Таблиця 3.9.**

**Відмінності в характеристиках мобілізованих  
за мотивацією та віком**

| <b>2.5 Вам було необхідно отримувати постійне джерело фінансових надходжень</b> |     | <b>М</b> | <b>m</b> | <b>σ</b> | <b>T</b> | <b>p</b> |
|---------------------------------------------------------------------------------|-----|----------|----------|----------|----------|----------|
| Шуберт_Ризик                                                                    | так | 29,39    | 3,84     | 16,28    | 2,42     | 0,017    |
|                                                                                 | ні  | 20,89    | 1,41     | 12,86    |          |          |
| «Прогноз»_суїцид                                                                | так | 0,67     | 0,20     | 0,84     | 2,16     | 0,033    |
|                                                                                 | ні  | 0,32     | 0,06     | 0,56     |          |          |
| <b>4.1 думки про самогубство</b>                                                |     |          |          |          |          |          |
| вік                                                                             | так | 32,42    | 1,26     | 6,99     | -2,80    | ,006     |
|                                                                                 | ні  | 36,54    | 0,81     | 6,74     |          |          |

Примітки: М – середнє; m – середньоквадратична помилка середнього; σ - середньоквадратичне відхилення; T – коефіцієнт Стюдента; p – достовірність значення.

Коли людина неодноразово стикається зі смертю товаришів або сама виживає у критичних ситуаціях, цінність власного життя може як

підвищуватися, так і, парадоксально, знижуватися через відчуття випадковості виживання та втрату ілюзії безсмертності, що робить ризик менш значущим психологічним бар'єром.

Однак, виявилось, що респонденти з різною мотивацією мають різницю за показниками схильності до ризику. Особи, які мобілізувалися заради фінансових надходжень демонструють статистично значуще вищу схильність до ризику порівняно з тими, хто мав іншу мотивацію ( $29,39 \pm 3,84$  проти  $20,89 \pm 1,41$ ).

Факт вибору військової служби в умовах активних бойових дій виключно з фінансових міркувань свідчить про вже існуючу схильність до ризику як особистісну рису – ці особи готові обміняти безпеку власного життя на матеріальну вигоду, що відображає специфічне співвідношення цінності власного існування та матеріальних ресурсів, характерне для людей з підвищеною толерантністю до невизначеності та небезпеки. Військова служба сприймається не як місія чи обов'язок, а як "робота", що парадоксально може знижувати відчуття особистої відповідальності за наслідки ризикованих дій – якщо людина внутрішньо дистанціюється від ідеологічного контексту війни та сприймає себе найманцем, вона може легше виправдовувати ризиковану поведінку як "частину роботи", за яку їй платять, знімаючи з себе моральний тягар за можливі наслідки.

Мобілізовані особи, які мали фінансову мотивацію також виявили статистично значуще **вищу вираженість суїцидальних тенденцій** ( $0,67 \pm 0,20$  проти  $0,32 \pm 0,06$ ).

Це дозволяє припустити наявність ознак **депресивного синдрому, тенденцію до самознищення** або наявність факторів, які можуть призвести до самогубства. Підвищені суїцидальні тенденції у мобілізованих, які пішли на військову службу заради постійного джерела фінансових надходжень, можна пояснити тим, що на відміну від тих, хто служить з патріотичних переконань чи обов'язку, особи з фінансовою мотивацією позбавлені усвідомлення того, що людина може ризикувати життям не за гроші, а за переконання. Це знижує



цінність власного існування, породжуючи відчуття, що людина "продала" своє життя та гідність за матеріальну компенсацію.

Віковий аналіз уточнив отримані дані. Серед мобілізованих, які мають зовнішню фінансову мотивацію про думки о самогубстві свідчать частіше більш молоді мобілізовані.

Особи із суїцидальними тенденціями та думками про суїцид вимагають додаткової співбесіди для визначення психологічної проблеми. Підвищений рівень суїцидальних тенденцій може свідчити про більшу вираженість відчуття безнадійності, втоми від життя.

Таким чином, аналіз зовнішньої мотивації мобілізації виявив схильність до ризику в усіх досліджуваних внаслідок трансформації психологічних механізмів та десенситизації до небезпеки в умовах тривалого перебування у бойовій обстановці. Додатково виявлено статистично значущі відмінності у схильності до ризику та вираженості суїцидальних тенденцій між респондентами з різною мотивацією до військової служби. Особи, які мобілізувалися заради фінансових надходжень, виявили статистично значуще вищу схильність до ризику ( $29,39 \pm 3,84$  проти  $20,89 \pm 1,41$ ) та підвищені суїцидальні тенденції ( $0,67 \pm 0,20$  проти  $0,32 \pm 0,06$ ). Вибір військової служби виключно з фінансових міркувань свідчить про існуючу особистісну схильність до ризику та готовність обміняти безпеку життя на матеріальну вигоду, що відображає підвищену толерантність до невизначеності та специфічне співвідношення цінності існування і матеріальних ресурсів. Підвищені суїцидальні тенденції пояснюються тим, що на відміну від осіб, хто служить за переконаннями, особи з фінансовою мотивацією позбавлені ідеологічного сенсу жертвності, що підсилює безнадійність, особливо серед молодших мобілізованих, які частіше повідомляють про думки про самогубство. Підвищений рівень суїцидальних тенденцій може свідчити про більшу вираженість відчуття безнадійності, втоми від життя чи інші ознаки депресивного синдрому. Це вимагає додаткової співбесіди з такими мобілізованими для визначення психологічних проблем.

**Наявність психічних захворювань у родини.** Питання "Наявність психічних захворювань у родини" при опитуванні мобілізованих свідчить про оцінку генетичної схильності до психічних розладів та ідентифікацію групи підвищеного ризику, яка потребує превентивних заходів та інтенсивнішого моніторингу психологічного стану в умовах стресу.

**Таблиця 3.10.**

**Оцінка генетичної схильності до психічних розладів**

| <b>5.1 психічні захворювання у родині</b> |     | <b>М</b> | <b>m</b> | <b>σ</b> | <b>T</b> | <b>p</b> |
|-------------------------------------------|-----|----------|----------|----------|----------|----------|
| Прогноз_НПС                               | так | 5,00     | 0,49     | 1,56     | -2,14    | ,035     |
|                                           | ні  | 6,20     | 0,18     | 1,70     |          |          |

Примітки: М – середнє; m – середньоквадратична помилка середнього; σ - середньоквадратичне відхилення; T – коефіцієнт Стюдента; p – достовірність значення.

У осіб, які підтвердили наявність психічних захворювань у родині виявлено достовірну різницю за нервово-психічною стійкістю від показника нервово-психічної стійкості у осіб без наявності психічних захворювань у родині. У перших нервово-психічна стійкість нижче ( $5,0 \pm 0,5$  проти  $6,2 \pm 0,2$ ).

Фактично це означає, що мобілізовані з сімейною історією психічних розладів мають менші адаптивні резерви до екстремальних навантажень. Вони швидше виснажуються в умовах стресу, гірше утримують емоційний контроль і частіше демонструють ознаки поведінкової дезорганізації чи психічної декомпенсації під тривалим травматичним впливом. Така реактивність пов'язана з підвищеною генетичною вразливістю.

Таким чином, оцінка сімейного анамнезу психічних захворювань при опитуванні мобілізованих дозволяє ідентифікувати групу підвищеного ризику з генетичною схильністю до психічних розладів, яка потребує превентивних заходів та інтенсивнішого моніторингу психологічного стану в умовах стресу.

### 3.3. Взаємозв'язок показників мотиваційної та емоційної сфери осіб мобілізованих до військової служби

Представлений кореляційний аналіз (Таблиця 3.11) відображає взаємозв'язок психологічних характеристик мобілізованих осіб, виявлений за допомогою відповідних стандартизованих методик.

**Таблиця 3.11.**

#### **Взаємозв'язок психологічних характеристик мобілізованих до військової служби**

| Показники                                     | PHQ-9    | GAD_7    | НПС      | Схильність до ризику |
|-----------------------------------------------|----------|----------|----------|----------------------|
| вік                                           | -0,247*  | -0,235*  |          |                      |
| CD-RISC-10<br>Резильєнтність                  | -0,384** |          | 0,338**  |                      |
| Прогноз_НПС                                   | -0,374** | -0,328** |          | -0,511**             |
| Прогноз_Містичний<br>(нервово-психічний) зрив | 0,230*   |          | -0,507** | 0,333**              |
| Суїцидальні тенденції                         |          |          |          | 0,227*               |

**Примітки:** НПС нервово-психічна стійкість; PHQ-9 – самооцінка депресії; GAD\_7 – генералізована тривожність.

\* - достовірність на рівні  $p < 0,05$

\*\* - достовірність на рівні  $p < 0,01$

Було зафіксовано наступні взаємозв'язки:

- пов'язані з віком:

- Вік та Самооцінка депресії (PHQ-9). Виявлено слабкий, але значущий обернений зв'язок ( $r = -0,247$ ,  $p < 0,05$ ). Це вказує на те, що чим старше мобілізований за віком, тим нижче у нього показник самооцінки депресії;

- Вік та Тривожність (GAD-7). Виявлено слабкий, але значущий обернений зв'язок ( $r = -0,235$ ,  $p < 0,05$ ). Це свідчить про те, що чим старше мобілізований за віком, тим нижче у нього показник тривожності.

Можливо більш дорослі мобілізовані мають більш розвинені навички емоційної регуляції, ширший досвід подолання життєвих криз, реалістичніші очікування щодо труднощів та сформовану життєву перспективу, тоді як молодші гостріше переживають втрату можливостей для особистісної реалізації, кар'єри та створення сім'ї через мобілізацію.

- по'язані з резильєнтністю:

Резильєнтність (CD-RISC-10) та Самооцінка депресії (PHQ-9). Виявлено помірний, високо значущий обернений зв'язок ( $r = -0,384$ ,  $p < 0,01$ ). Чем вище резильєнтність як здатність поновлюватися після негараздів, тим нижче рівень депресивних симптомів;

Резильєнтність (CD-RISC-10) та Нервово-психічна стійкість («Прогноз»). Виявлено помірний, високо значущий прямий зв'язок ( $r = 0,338$ ,  $p < 0,01$ ). Цей результат вказує на те, що вищий рівень резильєнтності корелює з високою нервово-психічною стійкістю.

Ці конструкти вимірюють різні аспекти єдиного адаптивного ресурсу – здатність долати стрес і відновлюватися після травматичних подій, причому вища резильєнтність забезпечує ефективніше емоційне відновлення, що природно знижує депресивну симптоматику та підвищує загальну психологічну витривалість до екстремальних навантажень.

- Пов'язані з нервово-психічною стійкістю:

Самооцінка депресії (PHQ-9) та Шкала НПС («Прогноз»). Виявлено помірний, високо значущий обернений зв'язок ( $r = -0,374$ ,  $p < 0,01$ ).

Тривожність (GAD-7) та Шкала НПС («Прогноз»). Виявлено помірний, високо значущий обернений зв'язок ( $r = -0,328$ ,  $p < 0,01$ ).

Обернений зв'язок із PHQ-9 та GAD-7 вказує на те, що висока депресія/тривожність пов'язані з нервово-психічною нестійкістю особистості.

Низька психологічна витривалість до стресових навантажень є фундаментальним фактором вразливості, який одночасно сприяє розвитку як депресивної, так і тривожної симптоматики – особи з нижчою нервово-

психічною стійкістю швидше виснажуються під впливом травматичного досвіду, що закономірно проявляється у підвищених показниках емоційного дистресу.

- Пов'язані з містичним (нервово-психічним) зривом:

Самооцінка депресії (PHQ-9) та Схильність до містичного (НП) зриву. Виявлено слабкий, але значущий прямий зв'язок ( $r = 0,230$ ,  $p < 0,05$ ). Це означає, що зростання депресивних симптомів асоціюється з підвищенням емоційної нестійкості та частими коливаннями настрою, які вимірює шкала містичного зриву.

Схильність до містичного (НП) зриву та Схильність до ризику (Шуберт). Виявлено слабкий, але значущий прямий зв'язок ( $r = 0,333$ ,  $p < 0,05$ ). Це вказує на те, що особи схильні до нервово-психічного зриву демонструють вищу готовність до ризикованих дій в умовах небезпеки.

Схильність до містичного (НП) зриву та Шкала НПС. Виявлено дуже високий, високо значущий обернений зв'язок ( $r = -0,507$ ,  $p < 0,01$ ). Оскільки НПС, схильність до суїциду та містичного зриву є шкалами методики «Прогноз», вони відображають взаємопов'язані аспекти нервово-психічної нестійкості, і їхні показники емпірично пов'язані.

Депресивна симптоматика супроводжується емоційною нестійкістю та імпульсивністю, а особи зі схильністю до нервово-психічного зриву демонструють вищу готовність до ризикованих дій, що може відображати як дефіцит саморегуляції та зниження критичності до небезпеки, так і латентну самодеструктивність через необережну поведінку у загрозливих ситуаціях.

- Пов'язані з суїцидальними тенденціями:

Суїцидальні тенденції та Схильність до ризику (Шуберт). Виявлено слабкий, але значущий прямий зв'язок ( $r = 0,227$ ,  $p < 0,05$ ). Це вказує на те, що особи готові до ризикованих дій в умовах небезпеки частіше мають суїцидальні тенденції. Ризикова поведінка у бойових умовах може функціонувати як непряма форма суїцидальності – особи з суїцидальними тенденціями несвідомо провокують небезпечні ситуації, використовуючи

надмірний ризик як соціально прийнятний спосіб самодеструкції без прямої відповідальності за самогубство, що відображає феномен "суїциду через необережність" у військовому контексті.

Таким чином, проведений кореляційний аналіз виявив системні взаємозв'язки між психологічними характеристиками мобілізованих осіб. Ці показники відображають особливості психологічної адаптації осіб мобілізованих до військової служби до екстремальних умов військової служби. Мобілізовані більш старшого віку демонструють нижчі показники депресії та тривожності. Це може бути обумовлено більш розвиненими навичками емоційної регуляції та набутому досвіду подолання життєвих криз. Молодші чоловіки більш вразливі, бо переживають мобілізацію як втрату можливостей для особистісної реалізації. Резильентність може виступати фактором детермінуючим ефективність емоційного відновлення після травматичних подій, що в свою чергу знижує депресивну симптоматику та одночасно підвищує нервово-психічну стійкість. Нервово-психічна нестійкість є фактором вразливості, який спричиняє депресивну і тривожну симптоматику, а також може вести до підвищеної схильності до ризикованих дій. Критично важливим є виявлення зв'язку між суїцидальними тенденціями та схильністю до ризику, що вказує на феномен непрямой суїцидальності через провокування небезпечних ситуацій як соціально прийнятного способу самодеструкції у військовому контексті, що потребує особливої уваги при психологічному супроводі мобілізованих із групи ризику.

#### **3.4. Потенційні ризики та точки уваги підготовки мобілізованого контингенту (Рекомендації по роботі з контингентом мобілізованих).**

Недооцінка специфічних потреб мобілізованих військовослужбовців у розвитку емоційно-вольової та мотиваційної сфер може мати особливо серйозні наслідки через їхню початкову неготовність до військової служби. Зниження боєздатності може проявлятися в неспроможності ефективно діяти

під тиском, втраті самоконтролю в критичних ситуаціях та неадекватній оцінці бойової обстановки. Психологічне виснаження у мобілізованих може розвиватися швидше та мати більш тяжкі наслідки через відсутність попередньої психологічної підготовки до стресових ситуацій. Зниження мотивації до виконання бойових завдань може призводити не лише до втрати ефективності окремих підрозділів, а й до зростання кількості порушень військової дисципліни, самовільних залишень частин та інших негативних явищ, що в кінцевому підсумку може негативно вплинути на загальну боєздатність Збройних Сил України.

***За результатами проведеного дослідження можна надати певні рекомендації.***

- Отримані результати обґрунтовують необхідність диференційованого психологічного супроводу з урахуванням сімейного стану: для неодружених військовослужбовців як групи підвищеного ризику рекомендується інтенсифікація індивідуального консультування, створення груп взаємопідтримки для компенсації дефіциту соціальних зв'язків; для одружених доцільно впроваджувати програми сімейної терапії та психоедукації партнерів щодо специфіки травматичного досвіду.

- Отримані результати обґрунтовують необхідність регіонально-диференційованого психологічного супроводу: для мобілізованих зі Східних областей критична інтенсивна робота з хронічною тривожністю та травматичним досвідом, підтримка у відновленні безпечної бази; для Західного регіону важлива психоедукація щодо нормалізації емоційних реакцій та підтримка культурної ідентичності; для Центральних областей пріоритетна профілактика суїцидальних станів через створення спільнот взаємопідтримки та допомогу у відновленні життєвих перспектив для осіб середнього віку.

- Отримані результати обґрунтовують необхідність мотиваційно диференційованого психологічного супроводу.

Основні ризики для *примусово мобілізованих* пов'язані з можливістю

розвитку повноцінних психологічних розладів (депресія, тривожні розлади, ПТСР), саморуйнівної поведінки як способу уникнення служби, конфліктності в колективі, зниження боєздатності підрозділу через пасивність або помилки. Ця група потребує найбільш уважної психологічної роботи, оскільки їхній потенціал може бути реалізований при правильному підході, але може й призвести до серйозних проблем при ігноруванні їхнього стану.

Попри загалом позитивний профіль *патріотичних мобілізованих*, ця група також потребує психологічної підтримки. Основні ризики пов'язані з можливим вигоранням через надмірне самопокладання, розчаруванням, а також накопиченням непрацьованої травматизації. Висока мотивація іноді може призводити до ігнорування власних меж, що потребує уваги з боку командування для запобігання психологічному та фізичному виснаженню.

Найбільш небезпечна група з точки зору безпеки – *проросійські мобілізовані*. Основні ризики включають:

- Можливість зради, здачі секретної інформації противнику
- Саботаж бойових завдань у критичні моменти
- Розкладання морального духу підрозділу
- Можлива агентурна діяльність
- Небезпека для побратимів через ненадійність у бою
- Можливість переходу на сторону противника

Виявлення таких осіб є складним завданням, що вимагає комплексного підходу з використанням як психологічних методів, так і роботи служб безпеки. При цьому важливо не створювати атмосферу тотальної підозри, що може зашкодити згуртованості підрозділу.

Отримані результати обґрунтовують необхідність диференційованого психологічного супроводу з урахуванням виявлених взаємозв'язків: для молодших мобілізованих критична робота з переживанням втрачених можливостей та побудовою нових життєвих перспектив; для осіб з низькою резильєнтністю та нервово-психічною нестійкістю необхідні цільові програми розвитку адаптивних ресурсів та емоційної регуляції; особливої уваги



потребують військовослужбовці з поєднанням суїцидальних тенденцій та схильності до ризику через феномен непрямой суїцидальності, що вимагає інтенсивного моніторингу поведінки у бойових умовах та превентивних антикризов

Отже, недооцінка специфічних потреб мобілізованих військовослужбовців у розвитку емоційно-вольової та мотиваційної сфер може мати серйозні наслідки через їхню початкову неготовність до військової служби, що проявляється у зниженні боєздатності, неспроможності ефективно діяти під тиском, втраті самоконтролю в критичних ситуаціях та неадекватній оцінці бойової обстановки. Отримані результати обґрунтовують необхідність комплексного диференційованого психологічного супроводу з урахуванням сімейного стану, регіональної приналежності, мотивації до служби та виявлених психологічних взаємозв'язків. їх втручань для запобігання самодеструктивним діям.

### **Висновки до третього розділу:**

За результатами дослідження було отримано наступні результати:

1. За PHQ-9 18% демонструють рівень депресивних симптомів, який потребує уваги та може свідчити про наявність ВДР. Для інших (80%) субклінічні симптоми або інші труднощі, перелічені в PHQ-9 мають істотний вплив на щоденне функціонування більшості досліджуваної групи.
2. За шкалою генералізованого тривожного розладу (GAD-7) виявлено відсутність клінічно значущих проявів тривожності у переважній більшості обстежених мобілізованих (92% без симптомів, 8% з легкими симптомами), що може пояснюватися не реальною відсутністю тривожності, а обмеженнями методики у контексті військового контингенту.
3. За шкалою резильєнтності (CD-RISC-10) виявлено достатньо високий рівень загальної резильєнтності у групі ( $44,7 \pm 0,7$ ), при цьому переважна більшість обстежених (87%) продемонстрували показники вище

середнього рівня, що свідчить про високі психологічні ресурси для подолання життєвих труднощів, здатність ефективно адаптуватися до змін та відновлюватися після стресових подій.. Однак надмірно високі результати та слабка диференціація респондентів за рівнями вираженості резильєнтності можуть бути викликані методологічними обмеженнями, зокрема ефектом соціальної бажаності у контексті самозвіту, коли військовослужбовці схильні завищувати оцінки власної стійкості відповідно до очікувань щодо демонстрації сили та відсутності слабкостей.

4. Більшість обстежених демонструють щонайменше задовільний або вищий рівень нервово-психічної стійкості. . Однак 6% осіб перебувають у крайньому стані, що сигналізує про ризик та потребує подальшого індивідуального психологічного та, можливо, медичного обстеження для запобігання вірогідних зривів.

5. Переважна більшість досліджуваних осіб (87%) демонструє або помірну готовність до ризику, або виражену обережність. Невелика частка респондентів має чітко виражену схильність до ризику (14%). Ці особи, ймовірно, демонстрували високу готовність до дій, пов'язаних із фізичною небезпекою чи невизначеністю.

6. Сімейний стан є статистично значущим фактором, асоційованим з психологічним станом мобілізованих, причому відмінності між групами одружених та неодружених мобілізованих носять системний характер і проявляються одночасно у множинних показниках емоційного благополуччя. У одружених мобілізованих більш сприятливий психологічний профіль, у якому статистично значуще вищий рівень резильєнтності виступає захисним фактором, асоційованим з нижчими рівнями депресії та тривожності через подружню підтримку.

7. Встановлена різниця в психологічному стані мобілізованих (депресивні тенденції) залежно від наявності дітей. Наявність дітей генерує чітку спрямованість на виживання через створення смислів, які розширюють межі індивідуального існування через турботу про майбутнє нащадків.

Мобілізовані, які не мають дітей не мають в ресурсі джерела екзистенційного сенсу, що підвищує вразливість до депресивної симптоматики.

8. Порівняльне дослідження психологічних характеристик мобілізованих осіб за місцем проживання виявило статистично значущі регіональні відмінності у вираженості тривожності, депресивних проявів та суїцидальних тенденцій, що пояснюється комплексом культурно-історичних, географічних та соціально-економічних факторів. Мобілізовані з Північних областей продемонстрували найбільш сприятливу картину психологічного стану. Західний регіон характеризується підвищеними показниками тривожності та депресії у мобілізованих. Мобілізовані із східних областей демонструють найвищі показники тривожності внаслідок географічної близькості до зони бойових дій, тривалої травматизації з 2014 року. Центральні області характеризуються підвищенням суїцидальних тенденцій мобілізованих.

9. Аналіз зовнішньої мотивації мобілізації виявив схильність до ризику в усіх досліджуваних внаслідок трансформації психологічних механізмів та десенситизації до небезпеки в умовах тривалого перебування у бойовій обстановці. Додатково виявлено статистично значущі відмінності у схильності до ризику та вираженості суїцидальних тенденцій між респондентами з різною мотивацією до військової служби. Особи, які мобілізувалися заради фінансових надходжень, виявили статистично значуще вищу схильність до ризику ( $29,39 \pm 3,84$  проти  $20,89 \pm 1,41$ ) та підвищені суїцидальні тенденції ( $0,67 \pm 0,20$  проти  $0,32 \pm 0,06$ ).

10. Оцінка сімейного анамнезу психічних захворювань при опитуванні мобілізованих дозволяє ідентифікувати групу підвищеного ризику з генетичною схильністю до психічних розладів, яка потребує превентивних заходів та інтенсивнішого моніторингу психологічного стану в умовах стресу.

11. Проведений кореляційний аналіз виявив системні взаємозв'язки між психологічними характеристиками мобілізованих осіб. Ці показники відображають особливості психологічної адаптації осіб мобілізованих до

військової служби до екстремальних умов військової служби. Вирішальними взаємопов'язаними показниками стали: вік, резильєнтність, нервово-психічна стійкість, суїцидальні тенденції та схильністю до ризику

12. Недооцінка специфічних потреб мобілізованих військовослужбовців у розвитку емоційно-вольової та мотиваційної сфер може мати серйозні наслідки через їхню початкову неготовність до військової служби, що проявляється у зниженні боєздатності, неспроможності ефективно діяти під тиском, втраті самоконтролю в критичних ситуаціях та неадекватній оцінці бойової обстановки. Отримані результати обґрунтовують необхідність комплексного диференційованого психологічного супроводу з урахуванням сімейного стану, регіональної приналежності, мотивації до служби та виявлених психологічних взаємозв'язків.

## ВИСНОВКИ

Ціль роботи «Характеристики мотиваційної та емоційної сфери осіб мобілізованих до військової служби» – теоретично проаналізувати стан проблеми ментального здоров'я та психологічного стану мобілізованих до військової служби та емпірично дослідити специфіку їх емоційної та мотиваційної сфери.

1. На першому етапі ми здійснили теоретичний огляд літератури з питань забезпечення комплексної оцінки ментального здоров'я та психологічного стану мобілізованих до військової служби. Ми дійшли до висновків:

- Мотиваційна сфера особистості мобілізованих військовослужбовців являє собою складну динамічну систему, що функціонує в екстремальних умовах війни. Ключовим фактором психологічної стійкості виступає ціннісно-смісловий компонент мотивації, який забезпечує можливість витримувати тривалі випробування через осмислення військової служби у контексті значущих особистісних цінностей. Підтримання стійкої мотивації у довгостроковій перспективі вимагає комплексного психологічного супроводу, що враховує динаміку мотиваційних криз та індивідуальні особливості військовослужбовців.

- Емоційна сфера особистості мобілізованих військовослужбовців в умовах війни зазнає значних трансформацій, що проявляється у підвищеній активації негативних емоцій, зниженні емоційного тону, порушеннях емоційної рівноваги та динамічній зміні фаз емоційного реагування від мобілізації через резистентність до виснаження. Дослідження української психологічної школи демонструють, що емоційна стійкість виступає ключовим чинником боєздатності, професійної ефективності та психологічного благополуччя військовослужбовців, тоді як тривале перебування в бойових умовах призводить до емоційного виснаження, деперсоналізації та можливої деградації емоційної регуляції. Це обґрунтовує

критичну необхідність цілеспрямованого психологічного супроводу, спрямованого на формування емоційної стійкості, навичок емоційної саморегуляції, розвиток емоційного інтелекту та відновлення емоційної рівноваги через спеціалізовані програми психологічної реабілітації.

- Аналіз трьох типологічних груп мобілізованих без військового досвіду демонструє складність та неоднорідність цієї категорії військовослужбовців. Розуміння психологічних особливостей кожної групи дозволяє більш ефективно будувати систему підготовки, адаптації та психологічної підтримки мобілізованих, що в кінцевому підсумку впливає на боєздатність підрозділів та ефективність оборони країни.

2. На другому етапі ми підібрали взаємодоповнюючий набір психодіагностичних методик для скринінгової системи оцінки психологічного стану мобілізованих до військової служби. До нього ввійшли: Анкета дослідження для визначення соціально-демографічних характеристик та отримання первісних даних по психологічному стану; Опитувальник здоров'я пацієнта (PHQ-9) для скринінгу та оцінці тяжкості депресивних симптомів; Шкала генералізованого тривожного розладу (GAD-7) для скринінгу та вимірювання тяжкості генералізованої тривоги; Шкала резильєнтності (CD-RISC-10) для вимірювання психологічної стійкості та здатності до адаптації; Методика «Прогноз» для прогнозування ймовірності нервово-психічних зрывів та дезадаптації; Методика готовності до ризику Шуберта для оцінки індивідуальної схильності до ризикованої поведінки .

3. На третьому етапі було проведено скринінг емоційно-мотиваційної сфери мобілізованих до військової служби, проаналізовано дані та надано рекомендації по роботі з контингентом мобілізованих:

- Сімейний стан є статистично значущим фактором, асоційованим з психологічним станом мобілізованих, причому відмінності між групами одружених та неодружених мобілізованих носять системний характер і проявляються одночасно у множинних показниках емоційного благополуччя. У одружених мобілізованих більш сприятливий психологічний профіль, у

якому статистично значуще вищий рівень резильєнтності виступає захисним фактором, асоційованим з нижчими рівнями депресії та тривожності через подружню підтримку.

- Встановлена різниця в психологічному стані мобілізованих (депресивні тенденції) залежно від наявності дітей. Наявність дітей генерує чітку спрямованість на виживання через створення смислів, які розширюють межі індивідуального існування через турботу про майбутнє нащадків. Мобілізовані, які не мають дітей не мають в ресурсі джерела екзистенційного сенсу, що підвищує вразливість до депресивної симптоматики.

- Порівняльне дослідження психологічних характеристик мобілізованих осіб за місцем проживання виявило статистично значущі регіональні відмінності у вираженості тривожності, депресивних проявів та суїцидальних тенденцій, що пояснюється комплексом культурно-історичних, географічних та соціально-економічних факторів. Мобілізовані з Північних областей продемонстрували найбільш сприятливу картину психологічного стану. Західний регіон характеризується підвищеними показниками тривожності та депресії у мобілізованих. Мобілізовані із східних областей демонструють найвищі показники тривожності внаслідок географічної близькості до зони бойових дій, тривалої травматизації з 2014 року. Центральні області характеризуються підвищенням суїцидальних тенденцій мобілізованих.

- Аналіз зовнішньої мотивації мобілізації виявив схильність до ризику в усіх досліджуваних внаслідок трансформації психологічних механізмів та десенситизації до небезпеки в умовах тривалого перебування у бойовій обстановці. Додатково виявлено статистично значущі відмінності у схильності до ризику та вираженості суїцидальних тенденцій між респондентами з різною мотивацією до військової служби. Особи, які мобілізувалися заради фінансових надходжень, виявили статистично значуще вищу схильність до ризику та підвищені суїцидальні тенденції.

- Оцінка сімейного анамнезу психічних захворювань при опитуванні

мобілізованих дозволяє ідентифікувати групу підвищеного ризику з генетичною схильністю до психічних розладів, яка потребує превентивних заходів та інтенсивнішого моніторингу психологічного стану в умовах стресу.

- Проведений кореляційний аналіз виявив системні взаємозв'язки між психологічними характеристиками мобілізованих осіб. Ці показники відображають особливості психологічної адаптації осіб мобілізованих до військової служби до екстремальних умов військової служби. Вирішальними взаємопов'язаними показниками стали: вік, резильєнтність, нервово-психічна стійкість, суїцидальні тенденції та схильність до ризику

- Недооцінка специфічних потреб мобілізованих військовослужбовців у розвитку емоційно-вольової та мотиваційної сфер може мати серйозні наслідки через їхню початкову неготовність до військової служби, що проявляється у зниженні боєздатності, неспроможності ефективно діяти під тиском, втраті самоконтролю в критичних ситуаціях та неадекватній оцінці бойової обстановки. Отримані результати обґрунтовують необхідність комплексного диференційованого психологічного супроводу з урахуванням сімейного стану, регіональної приналежності, мотивації до служби та виявлених психологічних взаємозв'язків.



## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Августюк, М. М., Демидюк, В. М. Основні психологічні характеристики емоційного вигорання військовослужбовців в умовах довготривалих збройних конфліктів. Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія». 2024. №17. С. 14-20.
2. Агаєв Н.А., Кокун О.М., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Остапчук В.В., Ткаченко В.В. Збірник методик для діагностики негативних психічних станів військовослужбовців: Методичний посібник. К.: НДЦ ГП ЗСУ, 2016. 234 с.
3. Алгоритм роботи військового психолога щодо психологічного забезпечення професійної діяльності особового складу Збройних Сил України : метод. рек. / М-во оборони України, Наук.-дослід. центр гуманітар. проблем Збройних Сил України ; [Н. А. Агаєв, О. Г. Скрипкін, А. Б. Дейко та ін.]. Київ : НДЦ ГП ЗС України, 2016. 147 с.
4. Артюхова В.В. Загальна психологія: Прикладний аспект узагальнення досвіду АТО: навчальний посібник. Х.: ХНУПС, 2017. 216 с.
5. Бабаян Ю.О., Грішман Л.О. Особливості психологічної готовності військовослужбовців до дій в екстремальних умовах. Збірник наукових праць. 2014. Випуск 2.13 (109). С. 17–21.
6. Бех І.Д. Чорна К.І. Національна ідея в становленні громадянина–патріота України:(програмно - виховний контекст) К. : ІПВ АПН України, 2008. 40 с.
7. Білий В.Я. Медико-соціальні проблеми професійної надійності військовослужбовців у контексті національної безпеки України. Наука і оборона. 2009. №1. С. 16–20.
8. Блінов О. А. Психічні стани військовослужбовців у процесі служби. Вісник Національного університету оборони України. Збірник наукових праць, 2013. Вип. 4 (35). С. 196-201.
9. Бондарев Г. В., Круть П. Основи військової психології : навч. посіб. /Харків. нац. ун-т внутр. справ. Харків, 2020. 272 с

10. Бондаренко, О. Ф. Психологічна допомога особистості. Харків: Фоліо. 1996. 345 с.
11. Бурлакова І.А. Кризова психологія. Навчально-методичний матеріал. Київ, Видавництво КРЦПК, 2022. 84 с.
12. Варій М. Й. Основи соціальної психології військового колективу : монографія Львів : Сполом, 2000. 249 с.
13. Варій М.Й., Козяр М.М., Коваль М.С. Військова психологія і педагогіка: Посібник/ За заг. ред. М.Й.Варія. Львів: Вид-во „Сполом”, 2003. 624 с.
14. Військова психологія у вимірах війни і миру: проблеми, досвід, перспективи, 25-26 жовтня 2024 р. : Матеріали ІХ Міжнародної науково-практичної конференції / За ред. І.В. Данилюка, Т.М. Траверсе. Київ: Видавництво Ліра-К, 2024. 370 с. Online-видання.
15. Гаврилькевич В., Фірстова О. Емоційні стани особистості: теоретичне дослідження феномену. Психологічні травелоги: науковий журнал. 2023. № 2. С. 41-50. DOI: <https://doi.org/10.31891/PT2023-2-15>.
16. Гачак-Величко Л. А. Психологічний супровід військовослужбовців у зоні ведення бойових дій. Габітус. 2023. Випуск 46. С. 129-133.
17. Гічун В. С., Кириченко А. Г., Корнацький В. М. та ін. Стрес-асоційовані розлади здоров'я в умовах збройного конфлікту /Дніпро : Акцент ПП, 2019. 323 с.
18. Голик М. М. Папікян А. Л. Теоретичні основи психології і педагогіки військового колективу : курс лекцій. Львів :ЛВІ, 2006. 78 с.
19. Грицевич Т. Л., Гузенко І. М., Капінус О. С. та ін. Психологія бою : посібник / за ред. А. М. Романишина. Львів : Астролябія, 2017. 351 с.
20. Гуд, Г.О. Емоційна сфера особистості: теоретико-методологічний аспект дослідження. Актуальні проблеми психології. 2018Т. 14. Вип. 1. С. 84–94.
21. Джигун Л. М., Берегова Н. П., Главацька Н. Д. Особливості і сучасний стан психологічної реабілітації військовослужбовців після проходження служби в умовах бойових дій. Psychology Travelogs. 2021. Iss. 2. Р. 58-73.
22. Дубчак О., Караульчук Л. Особливості емоційних станів

- військовослужбовців нового призову у період адаптації. Вісник Національного авіаційного університету. Серія: Педагогіка. Психологія: зб. наук. пр. К.: Національний авіаційний університет, 2019. Вип. 2(15). С. 118-123.
23. Зайчикова Т. В. Профілактика та подолання стресів як умова підтримки психологічного здоров'я працівників організацій. Вісник НТУУ «КПІ». Філософія. Психологія. Педагогіка : збірник наукових праць. 2008. № 3(24). С. 135–137.
24. Іванова Н.Г. Мотивація фахівця до професійної діяльності: поняття, зміст та функції. Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Військово-спеціальні науки. 1(34)/2016. С. 21-24.
25. Ільїна Ю. Ю., Мельник І. О. Особистісні зміни військовослужбовців після участі у бойових діях. Науковий вісник Херсонського державного університету, 2019. Вип. 1. С. 24-30.
26. Карамушка Л.М., Гнускіна Г.В. Психологія професійного вигорання підприємців : монографія. Київ : Логос, 2018. 198 с.
27. Карамушка, Т., Карамушка, Л. Професійне вигорання персоналу реабілітаційних центрів для поранених військових: вплив освітньо-професійних характеристик персоналу. Організаційна психологія. Економічна психологія. 2025. 34(1), 20-31. <https://doi.org/10.31108/2.2025.1.34.2>
28. Кіреєва З.О., Односталко О.С., Б.В. Бірон Психометричний аналіз адаптованої версії Шкали резильєнтності(cd-risc-10) Габітус,2020 №13. С.110-117.
29. Кісарчук З. Г., Омельченко Я. М., Лазос Г. П. Технології психотерапевтичної допомоги постраждалим у подоланні проявів посттравматичного стресового розладу : монографія /за ред. З. Г. Кісарчук. Київ : Видавничий Дім «Слово». 2020. 179 с.
30. Климчук В.О. Феномен розвитку внутрішньої мотивації. Соціальна психологія. 2008 . № 6 (32). С. 70–77
31. Кокур О.М. Кількісна та якісна оцінка тривалої психологічної

- готовності військовослужбовців до миротворчої діяльності. Вісник Національного університету оборони України. 2011. Вип. 5 (24). С. 153 - 158.
32. Кокур О.М. Чинники розвитку лідерських якостей курсантів. Проблеми екстремальної та кризової психології. Збірник наукових праць. Вип. 14. Част. 1. - Харків.: НУЦЗУ, 2013. - С. 146-152. .
33. Кокур О.М., Агаєв Н.А., Пішко І.О., Лозінська Н.С. Основи психологічної допомоги військовослужбовцям в умовах бойових дій : методичний посібник. Київ : НДЦ ГП ЗСУ, 2015. 170 с.
34. Кокур О.М., Лозінська Н.С., Пішко І.О. Практикум з формування стресостійкості військовослужбовців до раптових змін бойової обстановки : Методичний посібник /За ред. В.М. Мороза. К. : НДЦ ГП ЗС України, 2020. 70 с.
35. Кокур О.М., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Копаниця О.В., Малхазов О.Р. Збірник методик для діагностики психологічної готовності військовослужбовців військової служби до діяльності у складі миротворчих підрозділів: Методичний посібник. К.: НДЦ ГП ЗСУ, 2011. 281 с.[Електронний ресурс]. –<http://lib.iitta.gov.ua>.
36. Кременчуцька М. К., Жиліч Н. Р. Агресивність у системі особистісних чинників вибору механізмів психологічного захисту під час воєнних подій. Науковий вісник ХДУ Серія Психологічні науки. 2023. № 2. 13-19. DOI: <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2023-3-2>
37. Кременчуцька М. К., Акопян А. Б., Козій В. О. Дихальні психотехніки у роботі з регуляцією емоційних станів індивіда. Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія. 2023. Том 34 (73). № 5. 79-85. DOI <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2023.5/14>
38. Лісовський П.М. Військова психологія: методологічний аналіз. : навч. Посібник. Київ : Кондор, 2017. 290 с.
39. Максименко С. Д. Загальна психологія. Видання 3-є, перероблене та доповнене. Навчальний посібник. К.: Центр учбової літератури, 2021. 272 с.
40. Максименко С.Д., Олексієнко Б.М., Сафін О.Д. Військова психологія і

педагогіка : підручник для військових вузів. Хмельницький : Видавництво НАПВУ, 2000. 562 с.

41. Мельник Ю.Б. Психологічне забезпечення і супровід військовослужбовців як засоби профілактики та подолання посттравматичних стресових розладів. Posttraumatic Stress Disorder: adults, children and families in a war situation: International scientific and practical edition. Vol. II. Warsawa. Kyiv : PAN Gnosis, 2018. Рр. 469–480.

42. Миронець С.М., Тімченко О.В. Негативні психічні стани рятувальників в умовах надзвичайної ситуації: Монографія. К.: ТОВ "Август Трейд", 2008. - 249 с.

43. Миропольцева, Н. І., & Пахомова, О. В. Вплив мотивації до служби в армії на соціально-психологічну адаптацію військових контрактної та строкової форм служби. Журнал сучасної психології, 2021. (2), 43-51. <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2020-2-5>

44. Морально-психологічне забезпечення у Збройних Силах України : підручник : у 2 ч. Ч. 1 / за заг. ред. В. В. Стасюка. Київ : НУОУ, 2012. 682 с.

45. Мотиваційний дискурс особистості: на шляху до соціальної психології мотивації : монографія. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2015. 290 с.,

46. Опитувальник з генералізованої тривоги Короткий довідник із користування. URL: <https://start.ua-test.com/pub/files/gad-7-manual.pdf>

47. Опитувальник про стан здоров'я: Шкала депресії Короткий довідник із користування. URL: <https://start.ua-test.com/pub/files/phq-9-manual.pdf>

48. Осьодло В. Діагностика, формування і розвиток психологічної готовності до професійної діяльності: методичні аспекти. Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Військово-спеціальні науки. 1(32)/2015. С. 30-32.

49. Павелко І. І. Модель професійно-психологічної готовності до діяльності в екстремальних умовах військових розвідників та підрозділів спеціального призначення . Військово-технічний збірник. 2016. № 14. С.146-152

50. Потапчук Є.М. Теорія та практика збереження психічного здоров'я

військовослужбовців: Монографія /Хмельницький, 2004. 322 с. .

51. Приходько І.І. Засади психологічної безпеки персоналу екстремальних видів діяльності : монографія. Харків : Акад. ВВ МВС України, 2013. 745 с.
52. Родіна Н. В. Психологія копінг-поведінки: системне моделювання : автореф. дис ... д-ра психол. наук. Київ, 2012 . 40 с.
53. Романишин А. М., Мацевко Т. М., Капінус О. С. [та ін.]Профілактика відхильної поведінки військовослужбовців: Навчально-методичний посібник. /Львів: Друкарня НАСВ, 2017. 166 с.
54. Сірий А. Мотивація військово-професійної діяльності військовослужбовців за контрактом, її психологічна структура та методика дослідження. Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Військово-спеціальні науки. № 2(33)/2015. С. 39-43.
55. Склярова, Г., Сурніна , Є. Готовність до ризику як чинник професійної реалізації працівників ризиконебезпечних професій. Вчені записки Університету «КРОК», 2025. (2(78)). С. 512–519. <https://doi.org/10.31732/2663-2209-2025-78-512-519>.
56. Стеценко А. І., Гузік І.В. Особливості емоційних переживань у дорослих та емоційна грамотність як запорука психологічного добробуту. Слобожанський науковий вісник. Серія: Психологія. 2024. 2. С. 61 66.
57. Стукан С. О., Білошицький В. І., Бех С. М., Скуз Я. А. Організація та методика роботи з особовим складом [Електронний ресурс] : навчально-методичний посібник / КПІ ім. Ігоря Сікорського. Електронні текстові дані (1 файл: 741 Кбайт). Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2019. 128 с. URI <https://ela.kpi.ua/handle/123456789/47265>
58. Титаренко Т. М. Нариси до соціально-психологічної теорії особистісного життєконструювання. Психологічні науки: проблеми і здобутки. 2014. Вип. 5. С. 172-186.
59. Титаренко Т.М. Сучасна психологія особистості. 2-е вид. К.: Каравела. 2013.
60. Тімченко О.В. Синдром посттравматичних стресових порушень:

концептуалізація, діагностика, корекція та прогнозування : монографія. Харків : Ун-т внутр. справ. 268 с.

61. Туриніна О. Л. Психологія травмуючих ситуацій: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. К.: ДП “Вид. дім “Персонал”, 2017. 160 с.
62. Усе про мотивацію/ уклад. А.Г.Дербеньова. Х.: Основа, 2012. 7 с.
63. Фурманець Б.І. Основи військової психології. Навчальний посібник. Харків: ХВУ, 2004. 220 с.
64. Хомич Г., Войтенко О. Емоційні переживання та психологічний супровід дорослих у період пандемії. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки. 2021. Випуск 15 (60). С. 111–118.
65. Чудаєва Н.В., Шулдик Г.О. Емоційний світ людини : навч. посібник. 2-доповн. Умань: ВПЦ «Візаві», 2017. 126 с.
66. Шайхлісламов З. Р., Ковтун А.С. Особливості впливу бойового стресу на психологічну підготовку військовослужбовців в умовах бойових дій. Науковий вісник Ужгородського національного університету: Серія Психологія. 2023. Вип. 3. С. 142-145.
67. Ягупов В. Військова психологія: Підручник. Київ: Тандем, 2023. 656 с.
68. Як допомогти особистості в період переходу від війни до миру: соціально психологічний супровід: практичний посібник / за наук. ред. Т. М. Титаренко, М. С. Дворник / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2022. 154 с.
69. Яковенко С.І., Яковенко Т.М. Психічна стійкість військовослужбовців до впливу екстремальних чинників. Київ : КВГІ, 2008. С. 265–268.
70. Bar-On R. The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI) / Reuven BarOn // Psicothema 2006. Vol. 18. P. 13-25.
71. Carroll E. Izard The Psychology of Emotions. 1991 p.- 452 p.
72. Deci, E. L. On happiness and human potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being / Richard M. Ryan and Edward L. Deci // Annual Review of Psychology. 2001. Vol. 52. P. 141-166.

73. McCraty R. M. Emotional Stress, Positive Emotions and Psychophysiological Coherence // Stress in Health and Disease / Bengt D. Arnetz, Rolf Ekman, editors. Wiley-VCH, Weinheim, 2006. P. 342-365.
74. Shanafelt, T. D., & Noseworthy, J. H. (2017). Executive leadership and physician well-being: Nine organizational strategies to promote engagement and reduce burnout. Mayo Clinic Proceedings, 92(1), 129–146.
75. Theories of Emotion, Volume 1. Robert Plutchik, Henry Kellerman. Academic Press, 1980 - 399 p.